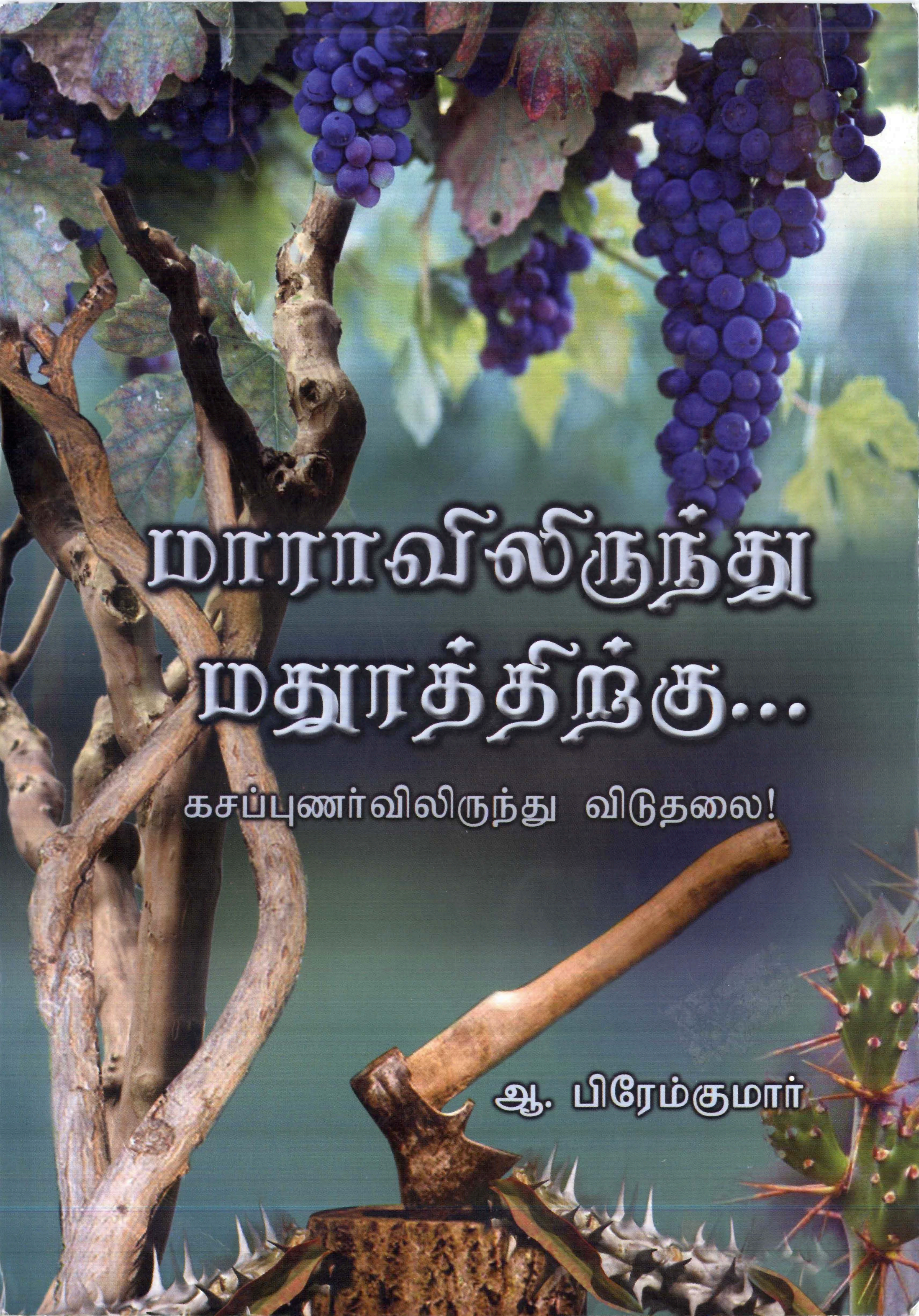


மாராவிலிருந்து மதுரத்திற்கு...

கசப்புணர்விலிருந்து விடுதலை!

ஆ. பிரேம்குமார்

மாராவிலிருந்து

மதுரத்திற்கு

திரு. பிரேம்குமார் ஆரோக்கியசாமி

வெளியீடு:
குளோபல் இம்பெக்ட்

மாராவிலிருந்து மதுரத்திற்கு

குளோபல் இம்பெக்ட் © 2013- 2M (T)

வெளியீடு: குளோபல் இம்பெக்ட்

இல: 10A 1/1, 1ஆம் சபல் வீதி,
கொழும்பு - 06

முதற்பதிப்பு: 2013 நவம்பர்

பதிப்பு: இம்பிரஷன் அச்சகம்

உள்ளடக்கம்

தலைப்பு	பக்கம்
அறிமுகம்	5
1. கசப்புணர்வென்பது	8
2. கசப்புணர்வுக்கான அறிகுறிகள்	12
3. கசப்புணர்வின் விளைவுகள்	16
4. கசப்புணர்விலிருந்து விடுதலை	25
துணைநூல்கள்	37

அறிமுகம்

அவுஸ்திரேலியாவிலிருந்து இந்தியாவுக்கு வந்து 37 வருடங்களான மக்களால் தீட்டாக கருதப்பட்ட தொழுநோயாளிகள் மத்தியிலும், ஆதிவாசிகள் மத்தியிலும் ஊழியம் செய்த கிரகாம் ஸ்டுவார்ட் ஸ்டெய்ன் என்பவரும் அவரது இரு புதல்வர்களும் கதறக்கதற கொடூரமான முறையில் வாகனத்திற்குள் வைத்து தீயிட்டு உயிரோடு எரிக்கப்பட்டனர். இச்சம்பவம் 1998ஆம் ஆண்டு தை மாதம் ஒரிசாவில் நடந்தது. “அப்பா எங்களைத் தூக்-குங்கள்!!! எங்களைத் தூக்குங்கள்!!!” என்று கூக்குரலிட்ட பிள்ளைகள் அவர்களையும் காப்பாற்ற முடியாமல் தன்னையும் காப்பாற்ற முடியாமல் தவித்த தகப்பன்.. இப்படி மூவருமே உயிரோடு எரிக்கப்பட்டனர்.[1] இவரது மனைவியான கிளாடிஸ் ஸ்டெயின்ஸிடம் 1998ஆம் ஆண்டு மாசி மாதம் கே.எஸ். தட்சணாமூர்த்தி என்ற பத்திரிகையாளர், “உங்கள் கணவரைக் கொன்றவரை பார்க்க நே-ர்ந்தால் என்ன கேட்பீர்கள்?” என்று கேட்டபோது, “அப்படிப்பட்ட நபர் வெளியே இருந்தால் இன்னும் அநேகரைக் கொல்ல வாய்ப்புள்ளது. ஆனாலும் அவரை விசாரிக்க சிவில் மற்றும் குற்றவியல் நீதிமன்றம் இருக்கின்றது. வேதப்புத்தகத்தில் “பழிவாங்குதல் எனக்குரியது” என கர்த்தர் கூறுகின்றார். இக்காரியத்தை கர்த்தரிடத்தில் ஒப்புக்கொடுத்து விட்டேன். நீங்கள் கேட்டபடி இப்படிச் செய்தவரை நான் பார்க்க நே-ர்ந்தால் “நீ ஏன் கர்த்தருடன் போராடுகின்றாய்? என்று மட்டுமே கேட்பேன்” என்றார்.[2] தொலைக்காட்சிக்கு கொடுத்த பேட்டியில் “இந்தக் கொலைக்குக் காரணமானவர்களை நான் மன்னித்துவிட்டேன். எதையும் நமக்குக் கொடுக்கவும் நம்மிடத்திலிருந்து எடுக்கவும் கடவுளுக்கு உரிமை உண்டு. என் கணவரோடு நான் இத்தனை ஆண்டுகள் வாழவும், குடும்பமாக மக்களுக்கு ஊழியம் செய்யவும் கர்த்தர் அனுமதித்தாரே! அதற்கு அவருக்குத்தான் நான் நன்றி கூறவேண்டும்” என்றார்.[3]

புத்தக ஆசிரியர் ஒருவர் கிளாடிஸிடம் “என்னைத் தவறாக நினைக்க வேண்டாம். இயற்கைக்கு மேலான உணர்வினால் நீங்கள் நிரப்பப்பட்டீர்களானால், ஒரு சாதாரண தாயின் இழப்புணர்வு, உங்களுக்கு ஏற்படவில்லை என்பது பொருளாகுமா?” எனக் கேட்டபோது கிளாடிஸ் அளித்த பதில் “அதெப்படி முடியும்? எனது படுக்கை அறைக்கு ஏதாவது ஒரு வேலையாக உள்ளே செல்லும்போது தீமோத்தி, பிலிப்பின் பெட்டிகள் மற்றும் அவர்களது புத்தகங்கள், கொப்பிகளில் எழுதப்பட்ட அவர்கள் கையெழுத்துக்கள், அவர்களது கடிதங்களைப் பார்க்க ஆசையாக இருந்தாலும்

அவற்றைப் பார்க்க தைரியம் வராது. மனதைக் கல்லாக்கிக்கொண்டு தவிர்த்துவிடுவேன். அவர்கள் உடுத்திவிட்டு களைந்து போட்ட உடைகளிலிருந்து வரும் வியர்வையின் மணத்தை ‘நாற்றம்’ எனச் சொல்ல மனம் வரவில்லை. அவற்றைத் துவைக்க இருதயம் இடங்கொடுக்கவில்லை. அவற்றை அவர்களை நினைவூட்ட விட்டுச்சென்ற நினைவுத் தடயங்களாகவே பாதுகாத்தேன்” என்றார்.[4] தன் அன்புக் கணவனையும், பிள்ளைகள் இருவரையும் மிகக் கொடூரமாக கொலை செய்தவர்கள் மேல் கசப்புணர்வோடு வாழாமல் அவர்களை மன்னித்தார்.

கசப்புணர்வானது மனதைப் பாரியளவில் பாதிக்கும் பாரதூரமானதொரு விடயமாகும். அது மரத்தின் வேரைப் போன்றது. இலகுவில் வெளியில் தெரியாது. ஆனால் அதனை அடையாளம் காணக்கூடியதாயிருக்கும். இவ்விதமாகவே கசப்புணர்வால் பாதிக்கப்பட்டுள்ள பலர் அதனை அறிவதில்லை. உண்மையில் தமக்கு எந்தவிதமான கசப்புணர்வும் இல்லை என்கிறவர்களிடம் கசப்புணர்வு இருப்பதை மற்றவர்கள் கண்டு கொள்வதுண்டு. இவர்களோ இதனை உணர்ந்து கொள்வதில்லை. அப்படியே உணர்ந்தாலும் ஏற்றுக்கொள்வதில்லை. கசப்புணர்வுக்கு பலதரப்பட்ட வேறு பெயர்களை இட்டு அது இருப்பதை மறுக்கின்றனர். நானும் கசப்புணர்வோடு போராடியவன் தான். எனது அனுபவத்தையும் இதில் எழுதியுள்ளேன்.

கசப்புணர்வானது எவரோடும் ஏற்படலாம், எவ்விடத்திலும் ஏற்படலாம். அது வீட்டில், பாடசாலையில், அலுவலகத்தில், திருச்சபையில் கூட ஏற்படலாம். பிள்ளைகளுக்கு பெற்றோர் மீது கசப்பு, பெற்றோருக்கு பிள்ளைகள் மீது கசப்பு; கணவனுக்கு மனைவியின்மேல் கசப்பு, மனைவிக்குக் கணவன் மேல் கசப்பு; தாத்தா, பாட்டி மேல் கசப்பு, மாமா, மச்சான் மேல் கசப்பு, அடுத்த வீட்டு அங்கில் மேல் கசப்பு, பழைய காதலன், காதலி மேல் கசப்பு, முன்னைய கணவன், முன்னைய மனைவி மேல் கசப்பு, அலுவலகத்தில் தன் உயரதிகாரி மேல் கசப்பு, தனக்குக் கீழ் வேலை செய்பவர்கள் மேல் கசப்பு, உடன் வேலை செய்பவரோடு கசப்பு, சபைப் போதகர் மேல் கசப்பு, சபை மூப்பர் மேல் கசப்பு, அல்லது போதகருக்கு சபை மக்களோடு கசப்பு. சிலருக்கு தம்மேலேயே வெறுப்பு, கசப்பு. ஒரு இனத்திற்கு இன்னொரு இனத்தின் மேல் கசப்பு. ஒரு நாட்டிற்கு இன்னொரு நாட்டின் மேல் கசப்பு. இன்னும் சிலருக்கு இறைவன் மேல் கசப்பு. இப்படி பலரோடு கசப்புணர்வு. பலவருடங்களுக்கு முன்பு நடந்த கடந்த கால கசப்பான சம்பவம் பலரது எதிர்காலத்தையே இருண்டதாக்கிவிட்டதுமுண்டு.

இப்புத்தகத்தில் கசப்பென்றால் என்ன? அதற்கான அறிகுறிகள் எவை? கசப்பினால் ஏற்படும் பாரதூரமான விளைவுகள் எவை?

கசப்பிலிருந்து விடுதலை பெறுவதெப்படி? என பலதரப்பட்ட விடயங்களை வேதாகம உதாரணங்கள், ஆதாரங்களுடனும், உள்ளத்தைத் தொடும் உண்மைச் சம்பவங்களுடனும், நடைமுறை ரீதியான உதாரணங்களுடனும் முன்வைத்துள்ளேன்.

---

1. Dr.லலிதா செல்லப்பா, Dr.J.செல்லப்பா, *பிதாவே இவர்களை மன்னியும்*, (சென்னை: வேர்டு ஆ∴ப் கிரைஸ்ட், 2010), பக்கம் 117-121.
2. Ibid
3. Ibid, பக். 136,137
4. Ibid

1. கசப்புணர்வென்பது

ஜிம் வில்சன் என்பவர் சிறைக் கைதிகளைச் சந்திக்கச் சென்று கசப்புணர்வு பற்றி அவர்களுடன் பேசினார். ஒரு கைதி அவரிடம் வந்து "எங்கள் மூன்று வயது மகனை இரக்கமற்ற விதத்தில் அடித்துக் கொன்றவன் மேலுள்ள கசப்பிலிருந்து நான் எப்படி விடுபடலாம்?" என்று கேட்டார். இதற்கு ஜிம் வில்சன் அந்தக் கைதி எப்படி கசப்புணர்விலிருந்து விடுபடலாம்? என்று விளக்கிய பின்பு "நீங்கள் கசப்புணர்விலிருந்து விடுபட்ட பின்பு இந்த நபர் மற்ற சிறுகுழந்தைகளை அடிக்காதபடி அவருக்கு உதவலாம்" என்று கூற, அக்கைதியோ, "அந்த நபர் பயனற்றவர்" என்றார். ஜிம்மோ "நிச்சயமாக அவர் பயனுள்ளவராவார்" என்றார். அக்கைதியோ "இல்லை, இல்லை" எனக்கூற ஜிம், "ஏன் கூடாது?" எனக் கேட்க அக்கைதி "அவர் உயிருடனில்லை" என்றார். அந்தக் கைதி தன் மகனைக் கொன்ற அந்த நபரைக் கொன்றுவிட்டுத்தான் சிறைக்கு வந்திருக்கிறார். ஆனாலும் அவனைக் கொலை செய்த பின்பும் கூட அவரால் அவனை மன்னிக்க முடியவில்லை. கசப்புணர்விலிருந்து விடுபட முடியவில்லை.

கசப்புணர்வு காயப்படுதலோடு ஆரம்பிக்கிறது. மற்றவர் எமக்கெதிராக செய்த, சொன்ன காரியத்தை அல்லது அவர்கள் அப்படி செய்ததாக/ சொன்னதாக நாம் நினைப்பதை/கேள்விப்பட்டதைக் காரணமாக்கி கசப்புணர்வு கொள்கிறோம். அக்காயப்படுதல் சரியாகக் கையாளப்படாமல், காயம் ஆறாமல், இரணமாகி ஆறாக் காயமாகிவிடுகிறது. இதனால் அதனை ஏற்படுத்திய அல்லது ஏற்படுத்தியதாக நாம் நம்பும் நபருக்கெதிரான கோபமாக அது மாறிவிடுகிறது. அக்கோபம் தணியாமல் நிலைத்திருந்து வெறுப்பையும் கசப்பையும் ஏற்படுத்திவிடுகிறது.

உதாரணமாக, ஒருவர் உங்களைப் பற்றி அவதூறாய்ப் பேசியதாகக் கேள்விப்படுகிறீர்கள். அப்பொழுது 'இவர் என்னைப்பற்றி அப்படி பேசிவிட்டாரே' என மனம் காயப்படுவதோடு, அவரோடு கோபமும் ஏற்படுகிறது. நாம் உண்மை என்னவென்று ஆராயாமல் சம்பந்தப்பட்டவருடன் நேரடியாக பேசித்தீர்க்காமல் உள்ளே காயத்தையும் கோபத்தையும் வைத்துக்கொண்டு அதனையே திரும்பத் திரும்ப நினைக்கையில் அது கசப்பாக மாறிவிடுகிறது. அவர் வேறு ஏதாவது செய்தாலும் இதே கண்ணோட்டத்தோடு அவர் செய்ததற்கு மனதில் விளக்கம் கொடுக்கிறோம். அவர் செய்ததை அல்லது சொன்னதை திரும்பத்திரும்ப நினைக்க நினைக்க மற்றவரிடம் அதைப்பற்றி கதைக்க கதைக்க கசப்பு ஆழமாக வேரூன்றுகிறது.

கசப்பு அல்லது கசப்புணர்வு என்றால் என்ன? என்று வேதாகம ரீதி-யாக ஆராய்வோம். யாத். 15:22-25 பகுதியிலே பின்வருமாறு வாசிக்கிறோம்:

> "பின்பு மோசே இஸ்ரவேல் ஜனங்களை சிவந்த சமுத்திரத்திலிருந்து பிரயாணப்படுத்தினான். அவர்கள் சூர் வனாந்தரத்துக்குப் புறப்பட்டுப்போய், மூன்று நாள் வனாந்தரத்தில் தண்ணீர் கிடையாமல் நடந்தார்கள். அவர்கள் மாராவிலே வந்தபோது மாராவின் தண்ணீர் கசப்பாயிருந்ததினால் அதைக் குடிக்க அவர்களுக்குக் கூடாதிருந்தது. அதினால் அவ்விடத்துக்கு மாரா என்று பேரிடப்பட்டது. அப்பொழுது ஜனங்கள் மோசேக்கு விரோதமாய் முறுமுறுத்து: என்னத்தைக் குடிப்போம் என்றார்கள். மோசே கர்த்தரை நோக்கிக் கூப்பிட்டான். அப்பொழுது கர்த்தர் மோசேக்கு ஒரு மரத்தைக் காண்பித்தார். அதை அவன் தண்ணீரில் போட்டவுடனே, அது மதுரமான தண்ணீராயிற்று."

லோரன்ஸ் ரிச்சட்ஸ் என்பவர் கசப்பு, கசப்புத் தன்மை என்பதாக மொழி பெயர்க்கப்பட்டுள்ள எபிரேயச் சொல் மாரா (mārāh), மாரார் (mārar) என்னும் மூலச் சொற்களிலிருந்து மருவி வந்ததாகும் என்கிறார். அதன் அர்த்தம் 'கசப்பு' என்பதாகும். அவ்வப்போது 'பெலப்படுத்தப்படுதல்' என்றும் பயன்படுத்தப்பட்டுள்ளதாக அவர் குறிப்பிடுகிறார். சில வேளைகளில் அது சொல்லர்த்தமாக மூலிகை-யொன்றின் கூர்மையான (கடுமையான) சுவையை சுட்டிக்காட்ட பயன்படுத்தப்பட்டது. ஆனால் பொதுவாக ஒரு உணர்வை உருவகப்படுத்தும்படி அச்சொல் பயன்படுத்தப்பட்டது என்கிறார்.[1]

லோரன்ஸ் ரிச்சட்ஸ் ரூத் 1:20, 2இராஜா. 4:27, யோபு 3:20, சங். 71:20, எரே. 4:18-19 போன்ற வசனங்களை அடிப்படையாகக் கொண்டு "பழைய ஏற்பாட்டிலே கசப்புணர்வைக் குறித்து வாசிக்கை-யில் சூழ்நிலைகளால் நொறுக்கப்பட்ட ஒரு நபருடைய இதயத்-திற்குள் ஆழமாக நோக்கும்படி அழைக்கப்படுகிறோம். அங்கு கோபத்தையோ, மனக்கசப்பையோவல்ல, உதவியற்ற வேதனை-யையே நம்மால் உணரமுடிகிறது" என்கிறார்.[2]

புதிய ஏற்பாட்டில் கசப்புக்குப் பயன்படுத்தப்பட்டுள்ள கிரேக்கச் சொல் பிக்ரொஸ் (Pikros) ஆகும். பெயரெச்சமாகிய 'பிக்ரொஸ்', 'பிக்' என்னும் அடிப்படையிலிருந்து வந்ததாகும். 'பிக்' என்றால் 'வெட்டு' அல்லது 'குத்து' என்ற அர்த்தமாகும்.[3] கசப்புக்கு பயன்படுத்தப்-பட்டுள்ள கிரேக்கச் சொல்லானது குத்தி அல்லது துளைத்துச் சென்று ஆழமாக ஊடுருவும் ஒன்று என அர்த்தப்படுத்தப்படுகிறது.[4]

எனவே சொல் அர்த்தத்தில் முனைப்புடைய, கூர்மையான சுவை-யுணர்வு, நுகர்வு (மணம்), காரமுள்ள, கடுமையான போன்றவற்றை

அர்த்தப்படுத்துகிறது. யாக்கோபு 3:11,12இல் 11ஆம் வசனத்தில் இயல்பாக தண்ணீரையும் 14ஆம் வசனத்தில் உருவகமாக எரிச்சலை-யும் குறிக்கிறதாக வைன் இன் வியாக்கியான அகராதி குறிப்பிடுகிறது.[5]

லோரன்ஸ் ரிச்சட்ஸ் உம் இதற்கு இசைவாக, “பிக்ரோஸ் இனதும் அதனோடு தொடர்புடைய சொற்களினதும் அர்த்தம் கூர்மையான அல்லது கசப்புச் சுவையை குறிப்பிடுவதோடு, அது யாத். 3:11இலும் வெளி. 8:11இலும் சொல் அர்த்தமாகவும் மற்ற பகுதிகளில் உருவகமாகவும் பயன்படுத்தப்பட்டுள்ளது என்கிறார்.[6] நாம் கஷ்டங்-களுக்கூடாகப் போகையில் விருத்தியாகும் கோபம் மற்றும் தணியாத சினம்மிக்க மனதையே புதிய ஏற்பாடு மையப்படுத்துகிறது.[7] லே-ாரன்ஸ் மேலும் எழுதுகையில், “புதிய ஏற்பாடு கசப்போடு தொடர்பு-படுத்துகிற சொற்களில் நாம் இந்த வலியுறுத்தலைக் காண்கிறோம். கொலோ. 3:19இல் கசப்பு அன்போடு முரண்படுத்தப்பட்டு, கடுமையாக நடத்தப்படுவதை பிரேரிக்கிறது; ரோம. 3:14இல் சபிப்பதோடும், எபே. 4:31இல் பெருங்கோபம், சினம், வெகுளி என்பவற்றோடும் யாக். 3:14இல் எரிச்சலோடும் தொடர்பு-படுத்தப்பட்டுள்ளது.

லோரன்ஸ் மேலும் எழுதுகையில், விருத்தியடைந்த புதிய ஏற்பாட்டுச் சித்திரத்தில் கசப்பு என்பது கோபத்தையும் பகைமையுள்ள கண்ணோட்டத்தையும் வெளிப்படுத்துகிறது. இந்த கண்ணோட்டமானது தணியாத சினத்தினூடாகவும் மற்றவர்களைத் தாக்குவதனூடாவும் வெளிப்படுத்தப்படுகிறது. புதிய ஏற்பாட்டில் பயன்படுத்தப்பட்டுள்ள சொற்களானது, எமது ஆள்த்தன்மையை மறைத்து எம்மை கடினமான, பகைமையுள்ள மனிதர்களாக மாற்றுகிறது எனும் கருத்தை முன்வைக்கிறது என்கிறார்.[8] ஒப்புரவாக மறுக்கும் கசப்பான, தணியாச் சினமுள்ள ஆவி (உணர்வு) என்று இதனை அர்மிட்டேஜ் ரொபின்சன் வரையறுக்கிறார்.[9]

எனவே கசப்பென்பது விரும்பத்தகாத சுவைகொண்ட, கூர்மையான அல்லது கடுமையான, தீமையான பாவத்தன்மை கொண்ட நிலைத்திருக்கும் கோப உணர்வாகும். நடந்த பாதகமான சம்பவம் எமக்கு எவ்வளவு அருகிலுள்ளதோ, அந்தளவுக்கு பாதிப்பும் அதிகமாகும். உதாரணமாக, ஒரு சிறுமி பாலியல் துஷ்பிரயோகத்திற்குட்பட்டாள் என நாம் கேள்விப்படும்போது, அது எமக்கு வேதனையை, சில சமயங்களில் கோபத்தையும் கூட ஏற்படுத்துகிறது. ஆனால் அக்கோபம் கசப்பாக மாறுவதற்கான வாய்ப்புகள் குறைவு. ஆனால் பாதிக்கப்பட்டவர் எனது குடும்பத்தில்

ஒருவர் என்றால், அது பாரதூரமாக என்னைப் பாதிக்கும். நாம் அவதானமாயிராவிட்டால் அது கசப்புணர்வுக்கு வழிநடத்தும்.

---

[1] Lawrence O. Richard, *Expository dictionary of Bible words*, (Hants Marshall Pickering: 1988), p 127.

[2] Ibid.

[3] W.E.Vine, *Vines Expository dictionary of Old & New testament words*, (Nash Ville, Tennesse:1997), p 121.

[4] http://www.dtbm.org/sermon/bitterness-hinders-grace-energized-wives-and-mothers

[5] W.E.Vine, *Vines Expository dictionary of Old & New testament words*, (Nash Ville, Tennesse:1997), p 121.

[6] Lawrence O. Richard, *Expository dictionary of Bible words*, (Hants Marshall Pickering: 1988), p 127.

[7] Ibid.

[8] Ibid.

[9] John R.W. Stott, *God's New Society: The Message of Ephesians In The Bible Speaks Today*, (Downers Grove: Inter Varsity Press: 1979), p 190.

2. கசப்புணர்வுக்கான அறிகுறிகள்

ஒருமுறை ஒரு பையனிடம் ஒருவர், “நீ எதனை வேண்டுமானாலும் நினை, பூனையைப்பற்றி மட்டும் நினைக்காதே!” என்று சொன்னாராம். ஆனால் அவன் பூனையை நினைக்காமல் இருக்க எவ்வளவு முயற்சித்தாலும் பூனையின் உருவம் தான் அவன் ஞாபகத்திற்கு வந்தது. கசப்பான அனுபவத்தை நாம் நினைக்காமல் இருக்க முயற்சித்தாலும் அது வந்துகொண்டேயிருக்கலாம். ஒரு-வேளை நாம் அதனை இப்பொழுது நினைப்பதில்லை என எமக்குச் சமாதானம் சொல்லிக்கொள்ளலாம். கசப்பு ஒரு வேராக ஆரம்பிக்-கிறது. அது மிகச்சிறிய ஒரு வேராக ஆரம்பிப்பதால், இலகுவில் அதனை கண்டுபிடிப்பது அரிது. கசப்பின் வேர் பெரியதல்ல; இலகு-வில் கண்டுபிடிக்கும் விதமாக வெளிப்புறத்தில் காணப்படுவதுமல்ல. ஆனால் அது புற்றுநோயைப் போன்று எமது ஆத்துமாவின் எலும்பு மச்சை வரை (எலும்புக்குள் இருப்பது) ஆழமாக ஊடுருவி வஞ்சக-மாக செயற்படும். அது பரவிய பின்பாகவே கசப்பான சொற்கள், கசப்பான சிந்தனைகள், கசப்பான செயற்பாடுகள் மூலம் கசப்பின் அறிகுறிகள் தென்பட ஆரம்பிக்கும்.[1] கசப்பு ஒரு வேரைப் போன்றது. அது இலகுவில் வெளியே தெரியாமல் இருக்கலாம். ஆனால் வேர் வளர வளர கசப்பின் கனிகளும வெளிப்படுவதுண்டு. ஒருவருக்கு கசப்பு இருக்கிறதா என்பதை எப்படி அறிந்துகொள்ளலாம்? கசப்புக்கான அறிகுறிகள் சிலவற்றை அவதானிப்போம்.

1. கசப்புணர்வானது மற்றவர்கள் எமக்கு எதிராக செய்பவற்றை ஞாபகத்தில் வைத்திருக்கும்

ஒருவர் எமக்கெதிராக செய்த ஒரு காரியம், காரியங்களை ஞாபகத்தில் வைத்திருந்து ஒன்று அதனை நாம் திரும்பத்திரும்ப நினைத்துக் கோபப்பட்டாலோ அல்லது அதனை நினைக்காமல் இருக்கும்படி அந்நினைவுகளை மழுங்கடிக்கச் செய்தாலுமோ அந்த நினைவுகள் வந்துகொண்டேயிருக்கும். சிலரைப்பொறுத்த வரையில் தான் சிறுவனாக/சிறுமியாக இருக்கையில் தனக்கோ, தனக்கு நெருக்கமானவருக்கோ இழைக்கப்பட்ட அநீதியை தாம் வயதுபோன நிலைக்கு வந்த பின்பும் மறக்க முடியாமல் இருப்பார்கள். அவர் செய்த காரியங்கள் அவரது மனத்திரையில் வந்து போய்க்கொண்டிடேயிருக்கும். மேல் மனதில் அதை நினைக்க விரும்பாமல் அடிமனதிற்கு தள்ளிவிட்டாலும் மறக்க முடியாதிருக்கும். மற்றவர்கள் எமக்கெதிராக செய்தவற்றின் பட்டியல் மனதில் பதிந்திருக்கும்.

2. அந்நபர் பற்றி நினைக்கும்போதெல்லாம் பாதகமாக வெறுப்பாக கோபமாயிருக்கும்

மகிழ்ச்சியான வேளையில் கூட அந்நபர் பற்றிய நினைப்பு வந்தால்

அல்லது மற்றவர் வரவழைத்தால் அந்த மகிழ்ச்சி மங்கி, பாதகமான வெறுப்புணர்வு மேலோங்கும். அவரைப்பற்றி நினைக்கும் போதெல்லாம் கோப உணர்வு மேலிடும். சில வேளைகளில் மேலோட்டமாக நான் அவரோடு எந்தக் கோபத்துடனும் இல்லை என்று எண்ணினாலும் அவரைப் பற்றிய கசப்பான நினைவுகள் உள்ளே ஒளிந்திருக்கும் கோபத்தை வெளிக்கொண்டு வரும். அவரைக் குறித்த நினைப்பே கசக்கும், பாதகமாயிருக்கும்.

3. அந்நபரை மன்னிக்க மிகக் கடினமாயிருக்கும் அல்லது மன்னிக்கவே முடியாது எனத் தோன்றும்

"அவர்/அவள்/அவர்கள் எனக்கு இழைத்த தீங்கு பாரதூரமானது; என் சிறுவயதுப் பிராயமே சிதைந்து போனது அல்லது எனது வாலிபப் பிராயமே வசந்தமிழந்து போனது; எனது இளமையை அவர் வீணாக்கிவிட்டார்; என்னால் அவரை மட்டும் மன்னிக்க முடியாது எனக் கூறுவோமாயின் எமக்கு கசப்புண்டு. அப்படி அவரை மன்னிக்கவும் என் மனக் காயமும் பெருமையும் இடங்கொடாது. அவர் மன்னிப்பைப் பெற தகுதியற்றவர்; தண்டிக்கப்பட வேண்டியவர் என்ற உணர்வே மேலோங்கியிருக்கும். அவரை நேரில் காணும் சூழ்நிலைகளை முடிந்தளவு தவிர்ப்போம். அப்படி தற்செயலாகக் கண்டாலும் காணாதவர் போல செல்லவே விரும்புவோம். அப்படியே அவரைப் பார்த்து புன்முறுவல் காட்டினாலும் அது போலியான புன்முறுவலாகவே இருக்கும்.

4. அந்நபரைப் பற்றி அவதூறாகப் பேசிக்கொண்டிருப்போம்

அந்நபர் பற்றிய நினைவுகளை மறக்க முற்பட்டாலும் முடிவதில்லை. அவரைப் பற்றி அவதூறாக மற்றவருடன் பேசிக்கொண்டேயிருப்போம்; அவர் செய்த தவறுகள் பற்றியே பேசிக்கொண்டிருப்போம். அந்நபர் எமக்கிழைத்த தவறை மற்றவரிடம் சொல்ல முடியாத அவமானத்திற்குரியதொன்றாயிருந்தால் நாம் அவற்றைப் பற்றி மற்றவரிடம் சொல்ல வெட்கப்பட்டு, அதனைச் சொல்லாமல் ஏனைய காரியங்களில் அவரைப் பற்றி அவதூறாகப் பேசுவோம். ஆனால் எமது உண்மையான பிரச்சினை அவர் எமக்கிழைத்த தீங்கும் அதனால் வந்த கசப்புமாகும். அநேகரிடம், அநேக தடவைகள் அவரைப்பற்றி அவதூறாகப் பேசுவோம். அந்நபரைப்பற்றி பாதகமாகச் சொல்ல ஆயிரம் காரியங்கள் இருக்கும். நன்மையாகச் சொல்ல ஐந்து காரியங்கள் கூட ஞாபகத்திற்கு வராது.

5. மற்றவர்கள் அவரைப் பற்றி நன்றாகச் சொல்லிவிட்டாலோ, உயர்த்தினாலோ எம்மால் தாங்க முடியாது.

மற்றவர் மேல் எமக்கு எரிச்சல் இருந்தாலும் போட்டி இருந்தாலும் கூட இந்தக் காரியம் நடக்கலாம். கசப்புக்கும் கூட இது ஒரு

அறிகுறியாகும். அவரது வெற்றிகள் எமக்கு வேதனையையும் அவரது தோல்விகள் எமக்கு மகிழ்ச்சியையும் தரும்.

6. மற்றவர்களைக் குறித்தும் தம்மைச் சூழவுள்ள உலகைக் குறித்தும் விமர்சிக்கும், நியாயந்தீர்க்கும் மனப்பாங்குடன் காணப்படுவர்.

மனக்காயப்பட்டு அக்காயமாறாமல் கசப்பாக மாற இடங்கொடுத்தவர்கள் மற்றவர்களை விமர்சிப்பவர்களாகவும் நியாயந்தீர்ப்பவர்களாகவும் இருப்பர். உலகத்தையும் தம்மைச் சுற்றியுள்ளவர்களையும் கோபத்துடனும் கண்டனக் கண்ணோட்டத்துடனும் நோக்குவர். தங்களைத் தவிர மற்ற அனைவரும் தவறு செய்பவர்கள் என்ற உணர்வுடன் இருப்பர்.

போதகர் ஒருவருக்கு அன்பான, ஒத்தாசையான மனைவியும் அவரை நேசிக்கும் சபையும் இருந்தும் அவர் மனைவியை குற்றப்படுத்திக் கொண்டும்; சபையைக் குற்றப்படுத்திக்கொண்டும் இருந்தார். ஒரு நாள் மனைவி ஒரு ஆலோசகரைச் சந்தித்து தனது கணவன் பற்றி கூறினார். அந்த ஆலோசகர் கணவனை தனியே சந்தித்தபோது தான் இராணுவத்தில் பணியாற்றிய நாட்களில் தான் பணிசெய்த நாட்டில் பாவ சோதனைக்குட்பட்டு ஓரிருமுறை விபசாரிகளிடம் போனதாகவும் திரும்ப வந்து தனக்கு நிச்சயித்திருந்த பெண்னை மணம் முடித்ததாகவும் கூறினார். தான் செய்த தவறை தன்னால் மன்னிக்க முடியாததால் தன்னை அன்பு செய்த மனைவியையும் சபையையும் குற்றப்படுத்தினார். அவரது பிரச்சனை தன்னைத் தானே மன்னிக்க முடியாததாகும். மனைவியின் அன்பை ஏற்க முடியாததற்கும், அவ்வன்பைப் பெற்றுக்கொள்ளவும் தான் பாத்திரனல்ல என்ற தாழ்வு மனப்பான்மையும் தன்னையே மன்னிக்கமுடியாத குற்ற உணர்வும் காரணமாயிருந்திருக்கலாம். (இக்கதையினை கசப்பிலிருந்து விடுபடுவதற்கும் பயன்படுத்தலாம்).

7. சுயபரிதாபம்

மனக்காயப்படுகின்ற பலர் மற்றவர்களிலிருந்து தம்மை தனிமைப்படுத்தி தமக்கு நேர்ந்த அவலத்தை நினைத்து நினைத்து "ஐயோ எனக்கு இப்படி நடந்து விட்டதே! எனக்குத்தான் எல்லாம் நடக்கிறது" என்று சுயபரிதாபம் கொள்கின்றனர். இது மிகவும் ஆபத்தானது. நானும் சுயபரிதாபத்தோடு போராடின நாட்கள் உண்டு. ஒரு நாள் இங்கிரிட் ட்ரோபிஷ் என்பவர் எழுதிய ஒரு ஆக்கத்தை வாசிக்கும்போது ஆண்டவர் என்னோடு பேசினார். சுயபரிதாபம் சுயத்தை நடு மையத்தில் கொண்டது என்பதையும் அது சாத்தானுடைய ஆயுதம் என்பதையும் அறிந்து கொண்டேன். சுயபரிதாபம் எப்படிப்பட்டதென்றால் நான்கு பக்கங்களிலும், மேற்புறத்திலும், தரையிலும் கண்ணாடியினால் செய்யப்பட்ட ஒரு அறைக்குள்

பிரவேசிப்பது போன்றதாகும். எங்கு பார்த்தாலும் உங்கள் முகமே உங்களுக்குத் தெரியும். சுயபரிதாபமும் அப்படியே. அது உங்களைப் பற்றி மட்டும் சிந்திக்க வைக்கும். அது சுயத்தை நடுமையத்தில் கொண்டதான பாவ நிலை. அது ஆண்டவர் உங்களைக் கொண்டு செய்ய திட்டமிட்டுள்ளவற்றை செய்ய முடியாதபடி உங்களை செயலிழந்து போகச் செய்யும். எனவே உங்களுக்கு நேரிட்ட அநியாத்தையே எண்ணி, எண்ணி அதில் மூழ்கிவிடாதீர்கள். சில பிச்சைக்காரர்கள் தங்கள் காயம் ஆறுவதை விரும்புவதில்லை. அப்படி காயம் ஆறிவிட்டால் மற்றவரின் அனுதாபத்தை இழந்து விடுவோமென காயத்தை ஆறவிடாமல் செய்வது போல நாமும் மனக் காயத்தை ஆறவிடாமல் சுயபரிதாபத்தையும் மற்றவரின் பரிதாபத்தையும் நாடி நிற்கிறோமா? சுயபரிதாபம் கூட கசப்பின் ஒரு அறிகுறியாக இருக்கலாம்.

மேற்குறிப்பிட்ட காரியங்களில் பல உங்களில் காணப்படுமானால் உங்களுக்குள் கசப்புள்ளதென்பது கசப்பான ஒரு உண்மையாகும்.

---

1. the-root-of-bitterness, http://mountainmanna.com

3. கசப்புணர்வின் விளைவுகள்

ஒரு மனிதன் தொழிலுக்குப் போக புறப்பட்டபோது ஒருவகைக் கருவாட்டு நாற்றத்தை உணர்ந்த அவன், யார் இந்த கருவாட்டை வீட்டிற்குக் கொண்டு வந்தனரோ தெரியவில்லை என்று கோபப்பட்டான். பஸ்ஸில் பிரயாணம் செய்தபோது பஸ்ஸிலும் கருவாடு நாற்றமடித்தது. பஸ்ஸிலும் யாரோ கருவாடு கொண்டு வந்திருக்கிறார் என கோபப்பட்டான். அலுவலகத்திலும் அதே நாற்றம். வீட்டிற்கு வந்தால் வீட்டிலும் அதே நாற்றம். கண்ணாடிக்கு முன் போனபோதுதான் அக்கருவாடு தன் மீசையில் ஒட்டிக் கொண்டிருப்பதைக் கண்டார். இன்று மனக்காயம் மருந்திடப்படாமல் கசப்போடு பலர் இருக்கிறார்கள். அவர் சரியில்லை, இவர் சரி-யில்லை என்று மற்றவர் அனைவரையும் குற்றம் பிடித்துக்-கொண்டே இருப்பர். இதனால் இவர்களுக்கும் சந்தோஷ-மில்லை; இவரோடு பழகுகிறவர்களோடு இவர்களுக்கு ஆரோக்கிய-மான உறவுமிருப்பதில்லை; இருக்கிற உறவுகளும் உடைந்து போவதுண்டு. கசப்புணர்வு பல விளைவுகளை உள்ளடக்கியது. அது ஒரு வேரைப் போன்றது. வளரவிடுவது ஆபத்து! அது கசப்பின் கனி-களை உருவாக்கிவிடும். அது விஷத்தைப் போன்றது. புற்றுநோயைப் போன்றது. நாம் அதனை அப்படியேவிட்டால் அது பரவி எம்மையே அழித்து விடும்.

அகித்தோப்பேல் என்ற ஒரு ஆலோசகர் தாவீது ராஜா-வுக்கு இருந்தார். அவர் சொல்லும் ஆலோசனை தெய்வ வாக்கைப்போல இருந்தது (2சாமு. 16:23). அவ்வளவு புத்திசாதுரியமான, ஞானம் நிறைந்த, பலராலும் உயர்வாக மதிக்கப்பட்ட ராஜ ஆலோசகராக அவர் இருந்தார். இப்படி புத்தி ஜீவியான, சாதுரியமுள்ள, இராஜாவால் உயர்வாக மதிக்கபட்ட இந்த அகித்தோப்பேல் தற்கொலை செய்துகொண்டார். இவ்வளவு உயர்-நிலையில் இருந்த இராஜாவின் ஆலோசகர் ஏன் தற்கொலை செய்தார்? கசப்புதான் அவர் அழிவுக்குக் காரணமாகியது. தாவீதோடு நெருக்கமாயிருந்தவர் கசப்புக்கொள்ள காரணமென்ன? அகித்தோப்-பேலின் பேத்திதான் பத்சேபாள் (2சாமு. 11:3, 1நாளா.3:5, 2சாமு. 23:34). அகித்தோப்பேல் தாவீதுக்கு ஆலோசனைக்காரனாக, நம்பக-மான நண்பனாக இருந்தார். அகித்தோப்பேலின் மகனும் பத்சேபாளின் தகப்பனுமான எலியாம் தாவீதின் பலவான்களில் ஒருவனாயிருந்தான் (2சாமு. 23:34). அகித்தோப்பேலின் பேரன் மாகீர்கூட தாவீதிற்கு உண்மையாக வேலை செய்தவன் (2சாமு. 9:3-4; 17:27-29). பத்-சேபாளின் கணவன் கூட தன் வீட்டிற்குக்கூட போகாமல் தாவீதுக்கு விசுவாசமாய் இருந்தவன். இப்படி தாவீதுக்கு விசுவாசமாயிருந்த குடும்பத்திற்கு தாவீது செய்த அநியாயத்தை பாட்டனாகிய அகித்தோப்பேலால் மன்னிக்க முடியவில்லை. தன் பேத்தியின் குடும்ப

வாழ்வை சிதைத்து தனது குடும்பம் முழுவதும் யாருக்கு உண்மையாயிருந்ததோ, அவரே அவளைக் கர்ப்பமாக்கி, தனது குடும்பத்திற்கு அவமானத்தை ஏற்படுத்தி, தனது பேத்தியின் கணவனையும் கொன்றதை அகித்தோப்பேலால் மன்னிக்க முடியவில்லை.

தாவீது மேல் கசப்பு கொண்டு தாவீதைப் பழிவாங்கத் தருணம் பார்த்துக் கொண்டிருந்தார். தாவீதின் மகன் அப்சலோம் தாவீதுக்கு எதிராக எழுந்தபோது அகித்தோப்பேல் தாவீதை அழிக்கும்படி அப்சலோமோடு சேர்ந்து கொண்டார் (2சாமு. 15:31). தாவீதை அவமானப்படுத்தும்படி தாவீதின் மறுமனைவிகளோடு சேரும்படி அப்சலோமுக்கு ஆலோசனை கூறினார் (2சாமு. 16:21). அப்படியே அப்சலோம் செய்த பின்பும் அகித்தோப்பேலின் கோபம் அடங்கவில்லை; கசப்பு மறையவில்லை. தாவீதைக் கொல்லும்படி அப்சலோமுக்கு ஆலோசனை கொடுக்கிறார் (2சாமு. 17:1). அவ்விடத்திலிருந்த தாவீதின் நண்பன் ஊசா அந்த ஆலோசனையை அபத்தமாக்கினான். “அகித்தோப்பேல் தன் யோசனையின்படி நடக்கவில்லை என்று கண்டபோது, தன் கழுதையின்மேல் சேணம் வைத்து ஏறி, தன் ஊரிலிருக்கிற தன் வீட்டுக்குப் போய், தன் வீட்டுக் காரியங்களை ஒழுங்குபடுத்தி, நான்றுகொண்டு செத்தான்” என வாசிக்கிறோம் (2 சாமு. 17:23). தாவீதை பழிவாங்கும்படி அவனைக் கொலை செய்ய முடியாமல் போனதே என்ற கசப்பு அவனைக் கொன்றது.

தானும் தனது மூன்று தலைமுறைகளும் எவருக்கு உண்மையாக, விசுவாசமாயிருந்தனரோ, அவராலேயே தனது குடும்பத்திற்கு இழைக்கப்பட்ட அநியாயம் மிகவும் பாரதூரமானது தான். ஆனால் அந்தக் கசப்பு அகித்தோப்பேலின் அழிவுக்கே காரணமாகிவிட்டதுதான் துக்ககரமானது. கசப்பு விஷத்தைப் போன்றது; புற்றுநோய் போன்றது. அது அதனையுடையவரை அழித்துவிடக்கூடியது. “பழிவாங்குதல் எனக்குரியது, நானே பதிற்செய்வேன்” என்று ஆண்டவர் கூறியுள்ளார் (உபா. 32:35, ரோம. 12:19, எபி. 10:30). ஆண்டவர் நீதி செய்வார். நீதி செய்யும் பொறுப்பை நாம் அவரிடம் கொடுத்துவிட வேண்டும். தாவீது செய்த பாவங்களுக்கு ஆண்டவர் நீதி செய்ய வாக்குப்பண்ணினார்: ‘கர்த்தர் சொல்லுகிறது என்னவென்றால், இதோ, நான் உன் வீட்டிலே தீமையை உன்மேல் எழும்பப்பண்ணி, உன் கண்கள் பார்க்க, உன் பெண்களை எடுத்து, உனக்கு அடுத்தவனுக்குக் கொடுப்பேன்ளூ அவன் இந்த சூரியனுடைய வெளிச்சத்திலே உன் பெண்களோடு சயனிப்பான்” (2சாமு. 12:11). தாவீது இரகசியமாய் பத்சேபாளோடு உறவு கொண்டார். ஆனால் அதற்குத் தண்டனையாக தாவீதின் மறுமனையாட்டிகளோடு அப்சலோம் பகிரங்கமாக உறவுகொண்டான். அது மாத்திரமல்ல, தாவீதின்

பாவத்தின் விளைவாக அவன் பிள்ளையும் மரித்தது; நாட்டையும் அரசாட்சியையும் இழந்தார்; சொந்த மகனே அவருக்கு எதிராக எழுந்து அவரை கொலை செய்யத் தேடினான். நீதி செய்வது, தண்டனை கொடுப்பது ஆண்டவரின் வேலை. நாம் அதைச் செய்ய முற்படக்கூடாது. இனி கசப்புணர்வின் சில விளைவுகளை கண்ணோக்குவோம்.

1. கசப்புணர்வு எம் உளநலத்தை பாதிக்கிறது

ஒரு மனிதனுடைய வாழ்வில் அதிகளவில் மனதை நொறுக்கும் மனநிலைப் பிரச்சினையே கசப்பாகும். கசப்பானது மனஉறுதிப்பாடு உட்பட இயல்பான கிறிஸ்தவ வாழ்வின் பல ஆசீர்வாதங்-களை இழக்கக் காரணமாகிறது.[1]

கசப்புணர்வோடு வாழும் மனிதர்கள் காயப்பட்ட மனிதர்கள். தெருப்பிச்சைக்காரன் எப்படி தன் காயத்தை ஆற்றாமல், அதனை வைத்து மற்றவரின் அனுதாபத்தை பெற விரும்புவானோ அப்படியே கசப்புணர்வோடுள்ளவனும் மனக்காயத்தை ஆறவிடாமல் திரும்பத்திரும்ப அதனை நினைத்து அதில் திளைத்திருப்பதுண்டு. அது அவனது மனதின் சமநிலையை பாதிக்கிறது; சந்தோஷத்தை எடுத்துப்போடுகிறது. கசப்பை விட்டுவிட்டால், தமக்குப் பிடித்திருக்க எதுவுமிராதது போல சிலர் கசப்பை அப்படியே பிடித்திருக்கின்றனர்.

மனநிலை பாதிப்புறுவதால் சரியான விதத்தில் நடுநிலையாக சிந்திக்கக்கூட முடிவதில்லை. அது சுயபரிதாபம், கோபம், கசப்பு, வெறுப்பு என்று எம்மை சமாதானம் இல்லாதவர்களாக வைத்திருக்கிறது. கசப்புணர்வோடு வாழ்பவன் மன-நலத்தை இழக்கிறான். அது பாரதூரமானதாயிருந்தால் மனநல ஆலோசகர் ஒருவரை நாடுவது நல்லது. அது மிகவும் பாரதூர-மாக இருக்குமானால், மனநல ஆலோசகர் உங்களை ஒரு மனநல மருத்துவரிடம் வழிநடத்தலாம். மருந்துகள் கூடத் தேவைப்படலாம்.

2. கசப்புணர்வு எமது உடல்நலத்தைப் பாதிக்கிறது

மனநலம் பாதிப்புறும்போது அது உடல்நலத்தையும் பாதிக்கிறது. கசப்பு விஷம் போன்றது. அதனை நாம் வருடக் கணக்கில் எமக்குள் வைத்திருக்கையில், அது படிப்படியாக எம் சரீரத்தை பாதிக்கிறது. கசப்பு புற்றுநோயைப் போன்றது. வைத்திருக்க வைத்திருக்க அது வளர்ந்து பரவலாம். பாரதூரமான விதத்தில் உடல் நலத்தைப் பாதிக்கலாம். சிலர் கசப்பு மிகுதியால் அகிதோப்பேலைப் போல தற்கொலை பண்ணிக்கொள்வதுமுண்டு. இன்னும் சிலர் மற்றவர்களை கொலை செய்வதுமுண்டு. மற்றும் சிலர் நடைபிணங்களாக வாழ்வதும் உண்டு.
பயம், கசப்பு, கவலை, கோபம், மனச்சோர்வு, மன்னிக்காமை

போன்ற எதிர்மறையான உணர்ச்சிகள் இரசாயன பதார்த்தங்களை வெளியிடக் காரணமாகி, அதனால் சமிபாடின்மை, ஒழுங்கற்ற இதயத்துடிப்பு, உயர்குருதி அமுக்கம், உடலெங்கும் எரிவுடன் கூடிய வீக்கம் போன்றவற்றிற்கு வழிநடத்துவதாக ஆராய்ச்சிகள் நிருபித்துள்ளன. எதிர்மறையான உணர்ச்சிகள் நோயெதிர்ப்பு சக்தியையும் பாதிக்கிறது. நாம் பயம், கோபம் மற்றும் உணர்ச்சி ரீதியாக குழப்பத்துடன் இருக்கும்போது எமது உடலுக்கு அவசியமான சில ஓமோன்களை அளவுக்கு அதிகமாக சுரந்து எமது நோய் எதிர்ப்பு ஆற்றலைப் பலவீனப்படுத்தி உடலின் நிர்ப்பீடண தொகுதியின் செயற்பாட்டைப் பாதிக்கிறது. சிரிப்பு, மனத்திருப்தி போன்ற சாதகமான உணர்ச்சிகள் எமது நோயெதிர்ப்பு சக்தியை பெலப்படுத்தும் விதமான இரசாயன பதார்த்தங்களை வெளியிடுவதாக அறியப்பட்டுள்ளது.[2]

கசப்பு எம் உளநலத்தை மட்டுமன்றி, உடல் நலத்தையும் பாதிக்கிறது என்பது நிச்சயமானது. நாம் கசப்போடு வாழ முடியாது. ஏனெனில் அது எமது ஆவியிலும் பின்பு உணர்வுகளிலும் இறுதியாக எமது சரீரத்திலும் தன்னை வெளிக்காட்டுகிறது.[3]

3. கசப்புணர்வு எம் உறவுகளைப் பாதிக்கிறது

கசப்பு எமது உளநலத்தையும், உடல் நலத்தையும் பாதிப்பதோடு; எம் உறவுகளையும் பாதிக்கிறது. எமக்கு ஆண்டவரோடுள்ள உறவையும், மற்றவர்களோடுள்ள உறவையும் எமக்கு எம்மோடுள்ள உறவையும் பாதிக்கிறது.

அ). எமக்கு ஆண்டவரோடுள்ள உறவைப் (ஆவிக்குரிய நலனைப்) பாதிக்கிறது

> “யாவரோடும் சமாதானமாயிருக்கவும், பரிசுத்தமுள்ளவர்களாயிருக்கவும் நாடுங்கள். பரிசுத்தமில்லாமல் ஒருவனும் கர்த்தரைத் தரிசிப்பதில்லையே. ஒருவனும் தேவனுடைய கிருபையை இழந்துபோகாதபடிக்கும் யாதொரு கசப்பான வேர் முளைத்தெழும்பிக் கலக்கமுண்டாக்குகிறதினால் அநேகர் தீட்டுப்படாதபடிக்கும் ஒருவனும் வேசிக்கள்ளனாகவும் ஒருவேளைப் போஜனத்திற்காக தன் சேஷ்டபுத்திரபாகத்தை விற்றுப்போட்ட ஏசாவைப்போலச் சீர்கெட்டவனாகவும் இராதபடிக்கும் எச்சரிக்கை~யாயிருங்கள்” எபி. 12:14-16

16ஆம் வசனத்தில் ‘எச்சரிக்கையாயிருங்கள்’ என்ற சொல் திருவிவிலிய மொழிபெயர்ப்பில் ‘பார்த்துக்கொள்ளுங்கள்’ என மொழிபெயர்க்கப்பட்டுள்ளது. டோனல்ட் கத்ரி என்னும் வேத வியாக்கியானி இந்தப்பகுதிக்கு விளக்கமளிக்கையில்,

‘எச்சரிக்கையாயிருங்கள்’ என்ற சொல்லுக்கு பாவிக்கப்பட்டுள்ள கிரேக்க சொல்லின் சொல் அர்த்தம் ‘மேற்பார்வை செய்’, ‘ஈடுபடு’, ‘அதிகூடிய ஆவிக்குரிய முக்கியத்துவம் வாய்ந்த’ என்பனவாகும். ஒருவனும் கிருபையை இழந்து போகாதபடிக்கு பார்த்துக்கொள்ள வேண்டும். இந்த இடத்தில் இது நிகழ்காலத்தில் உபயோ-கிக்கப்பட்டுள்ளது என்று கூறும் டோனல்ட் “தேவனுடைய கிருபையானது அவரது கிருபை தரும் எல்லா நன்மைகளையும் குறித்துநிற்கிறது. ஆனால், அநேக கிறிஸ்தவர்கள் இந்த நன்மைகளை சொந்தமாக்கிக் கொள்ளத் தவறுகிறார்கள்” என்கிறார்.[4] வாரன் வியஸ்பி, “கடவுளின் கிருபை எம்மைக் கைவிடுவதில்லை. ஆனால் நாம் அந்த கிருபையில் நன்மைபெற தவற முடியும்” என்கிறார்.[5]

எபிரேய நிருபத்தின் எழுத்தாளர், தேவனுடைய கிருபையை உரித்தாக்கிக்கொள்ள தவறி அதனை இழந்து போன ஏசாவை உதாரணமாக கூறுகிறார். ஏசா தன் புத்திர சுவிகாரத்தை அற்பமாக எண்ணி தற்காலிக காரியத்திற்காக அதனை விற்று ஆசீர்வாதத்தை இழந்து போனான்.

ஒரு கிறிஸ்தவன் கசப்பாயிருக்கும்போது தேவனோடுள்ள நெருக்கமான ஐக்கியத்தை இழந்து போகிறான். அது இயேசு கிறிஸ்துவோடு அவனுக்குள்ள உறவுக்குத் தடையாக நிற்கிறது. கசப்பானது உணர்வுகளின் சமநிலை, சமாதானம், சந்தோஷம் உள்ளடங்கலாக இயல்பான கிறிஸ்தவ வாழ்வின் பல ஆசீர்வாதங்களை இழக்கக் காரணமாகிறது.[6]

இயேசுவின் பின்வரும் கூற்றுகளை அவதானிக்க:

> “மனுஷருடைய தப்பிதங்களை நீங்கள் அவர்களுக்கு மன்னித்தால், உங்கள் பரமபிதா உங்களுக்கும் மன்னிப்பார். மனுஷருடைய தப்பிதங்களை நீங்கள் அவர்களுக்கு மன்னியாதிருந்தால், உங்கள் பிதா உங்கள் தப்பிதங்களையும் மன்னியாதிருப்பார்” (மத். 6.14-15).

> “நான் உங்களுக்குச் சொல்லுகிறேன்; தன் சகோதரனை நியாய~மில்லாமல் கோபித்துக்கொள்பவன் நியாயத்தீர்ப்புக்கு ஏதுவாயிருப்பான்; தன் சகோதரனை வீணனென்று சொல்லுகிறவன் ஆலோசனைச் சங்கத்தீர்ப்புக்கு ஏதுவாயிருப்பான்; மூடனே என்று சொல்லுகிறவன் எரிநரகத்திற்கு ஏதுவாயிருப்பான். ஆகையால் நீ பலிபீடத்தினிடத்தில் உன் காணிக்கையைச் செலுத்தவந்து, உன் பேரில் உன் சகோதரனுக்கு குறை உண்டென்று அங்கே நினைவு கூறுவாயாகில், அங்கேதானே பலிபீடத்தின் முன் உன் காணிக்கையை வைத்துவிட்டுப்

போய், முன்பு உன் சகோதரனோடே ஒப்புரவாகி; பின்பு வந்து உன் காணிக்கையைச் செலுத்து.” (மத். 5:22-24).

நாம் மற்றவரோடு தவறாயிருந்தால் இறைவனோடு சரியாயிருக்க முடியாது.[7] மற்றவர்கள் எமக்கெதிராக செய்த பாவங்களை நாம் மன்னியாமல் கசப்பு கொண்டிருந்தால், எமது பாவங்களும் மன்னிக்கப்படுவதில்லை (மத். 6:12). மற்றவர்களோடு ஒப்புரவாகாமல், மற்றவரை மன்னியாமல் இருந்தால், ஆண்டவர் எமது காணிக்கையை அங்கீகரிப்பதில்லை; எமது ஆராதனையை ஏற்றுக்கொள்வதில்லை. எமக்கு அவரோடுள்ள உறவு பாதிப்புறும். அவர் தரும் ஆசீர்வாதங்களும் தடைபடும். கசப்பு ஒருவனை, சரியான விதத்தில் ஆராதிக்கவோ, ஐக்கியப்படவோ, கர்த்தரை சேவிக்கவோ முடியாதவனாக்குகிறது.[8]

ஆ). எமக்கு மற்றவர்களோடுள்ள உறவை பாதிக்கிறது.

திருவிவிலிய மொழிபெயர்ப்பில் “உங்களுள் எவரும் கடவுளின் அருளை இழந்துவிடாமலிருக்கப் பார்த்துக் கொள்ளுங்கள். கசப்பான நச்சுவேர் எதுவும் உங்களுக்குள் முளைத்து தொல்லை கொடுக்காதபடியும் அதனால் பலர் கெட்டுப்போகாதபடியும் பார்த்துக்கொள்ளுங்கள்” (எபி. 12:15-16) என்று கூறப்பட்டுள்ளது.

வேர் வெளியில் தெரியாமல் இருக்கலாம். ஆனால் அது வளருகின்ற ஒன்று. அது முளைத்தெழும்பி தொல்லை கொடுக்கலாம். கசப்பின் ஆரம்பம் சிறிதாயிருந்தாலும் அது வளர்ந்து பல தீய விளைவுகளை ஏற்படுத்தலாம். கசப்பின் கனிகளை தோற்றுவிக்கலாம்.

ஆபேலின் பலியை ஏற்றுக்கொண்ட ஆண்டவர் தன்பலியை ஏற்க மறுத்தபோது ஆபேலின் மீது கசப்பும் வெறுப்பும் கொண்ட காயீன் அவனைக் கொலை செய்தான். தனது சகோதரியைக் கற்பழித்த ஆமான்மேல் கசப்பு கொண்ட அப்சலோம் தருணம் பார்த்து அவனைக் கொலை செய்தான்.

சிறையிலிருந்த ஒருமனிதன் தான் தன் மகனைக் கொன்றவரிடம் கசப்புணர்வு கொண்டுள்ளதாக கிறிஸ்தவரொருவருடன் பகிர்ந்து கொண்டார். இவர் சிறைக்கு வந்த காரணமே தன்மகனை கொடூரமாகக் கொலை செய்தவனை கொன்றுவிட்டது தான். ஆனாலும் அப்படி அவர் கொலை செய்த பின்பும் கூட அவர் கசப்பிலிருந்து விடுபடவில்லை. ஒருவேளை நாம் மற்றவர்களை சரீரப் பிரகாரமாக கொலை செய்யாமல் இருக்கலாம். ஆனால் கசப்பும் வெறுப்பும் கூட கொலை தான். அப்சலோம் தன் தங்கையை கற்பழித்த ஆமான் மேலும் அது குறித்து நடவடிக்கையெடுக்காத

தாவீது மேலும் கோபமும் கசப்பும் கொண்டிருந்தான். எனவே ஆமானைக் கொலை செய்ததுடன் தாவீதையும் பழிவாங்கினான்.

தீட்டு என்பதற்கு எபிரேய நிஸ் ஆக்கியோன் பயன்படுத்திய அதே சொல் தீத்து 1:15இலும் வருகிறது.

> "சுத்தமுள்ளவர்களுக்குச் சகலமும் சுத்தமாயிருக்கும். அசுத்தமுள்ளவர்களுக்கும் அவிசுவாசமுள்ளவர்களுக்கும் ஒன்றும் சுத்தமாய் இராது. அவர்களுடைய புத்தியும் மனச்சாட்சியும் அசுத்தமாயிருக்கும்."

தீட்டுப்படுத்தல், அசுத்தப்படுத்துதல் என்ற அர்த்தங்களை அவதானிக்க. ஆம், கசப்பு மற்றவரிலும் தீமையான செல்வாக்கை செலுத்தக்கூடியது; மற்றவரை தீட்டுப்படுத்த, கறைப்படுத்த, அசுத்தப்படுத்த, மாசுபடுத்தக்கூடியது. கிறிஸ்தவன் ஒருவன் கசப்பு மனப்பான்மையோடு இருப்பது எப்பொழுதுமே தவறானது. தணியாத சினம், பொறாமை, கசப்பு என்பன எப்பொழுதுமே மாம்ச காரியங்கள். பிரச்சினை என்னவென்றால், அவை வேகமாகப் பரவக்கூடிய நோய்கள். ஒருவன் கசப்போடு இருந்து மன்னியாதிருப்பதை தொடர்ந்தால், அந்த கசப்பின் ஆவி மற்றவர்களுக்கும் தொற்றி மற்றவர்களையும் கறைப்படுத்திவிடும்.[9]

இ). அது எனக்கு என்னோடுள்ள உறவை பாதிக்கிறது

கசப்போடு வாழ்பவர்கள் உள்ளான சமாதானம் இல்லாதவர்களாக, கோபத்தோடும், வெறுப்போடும் இருப்பதுண்டு. அதை வெளியே காட்டாமல் மூடி மறைப்பவர்களும் உண்டு. ஆனால் உள்ளே கசப்பு ஒரு விஷத்தைப் போல அவர்களைப் பாதிப்பதுண்டு.

ஒரு திறந்த காயத்தை திறந்த வண்ணமாகவே வைத்திருக்கவும், உட்பகையை உயிரோட்டமாக வைத்திருக்கவும் அதிகளவு உள ரீதியான, உணர்ச்சி ரீதியான சக்தி தேவைப்படுகிறது. புண் சீழ்பிடிக்க எவ்வளவு அதிக காலம் அனுமதிக்கின்றோமோ, அவ்வளவு அதிகமாக கசப்புணர்வு, கோபம், சுயபரிதாபம் போன்ற விஷப் பொருட்கள் எம் இரத்தத்தை நச்சாக்கி, எம் இருதயத்தை அரித்தழிக்கிறது.[10]

ஈ). கசப்புணர்வு சாத்தானுக்கு இடமளிக்கிறது.

பவுல் எபேசியருக்கு எழுதுகையில்,

> "நீங்கள் கோபங்கொண்டாலும் பாவஞ்செய்யாதிருங்கள்; சூரியன் அஸ்தமிக்கிறதற்கு முன்னாக உங்கள் எரிச்சல் தணியக்கடவது; பிசாசுக்கு இடங்கொடாமலும் இருங்கள். திருடுகிறவன் இனித் திருடாமல், குறைச்சலுள்ளவனுக்குக் கொடுக்கத்தக்கதாக தனக்கு உண்டாயிருக்கும்படி,

தன் கைகளினால் நலமான வேலை செய்து, பிரயாசப்படக்கடவன். கெட்ட வார்த்தை ஒன்றும் உங்கள் வாயிலிருந்து புறப்பட வேண்டாம்; பக்திவிருத்திக்கு ஏதுவான நல்ல வார்த்தை உண்டானால் அதையே கேட்கிறவனுக்குப் பிரயோஜனமுண்டாகும்படி பேசுங்கள். அன்றியும், நீங்கள் மீட்கப்படும் நாளுக்கென்று முத்திரையாகப் பெற்ற தேவனுடைய பரிசுத்த ஆவியைத் துக்கப்படுத்தாதிருங்கள். சகலவிதமான கசப்பும், கோபமும், மூர்க்கமும், கூக்குரலும், தூஷணமும், மற்ற எந்தத் துர்க்குணமும் உங்களைவிட்டு நீங்கக்கடவது. ஒருவருக்கொருவர் தயவாயும் மனஉருக்கமாயும் இருந்து, கிறிஸ்துவுக்குள் தேவன் உங்களுக்கு மன்னித்ததுபோல, நீங்களும் ஒருவருக்கொருவர் மன்னியுங்கள்." என்கிறார் (எபே 4: 26-32).

ஒருவன் ஒப்புரவாகாமல் கோபத்தை மனதில் தொடர்ந்து வைத்திருக்கும்போது, அவன் பிசாசுக்கு இடங்கொடுக்கிறான். "பிசாசுக்கு இடங்கொடாமலும் இருங்கள்" என்று பவுல் எழுதுகிறார். 31ஆம் வசனத்தில், கசப்பை நீக்கவேண்டும் என்றும் 32ஆம் வசனத்தில் தேவன் மன்னித்தது போல, இவர்கள் ஒருவரை ஒருவர் மன்னிக்க வேண்டும் என்றும் பவுல் எழுதுகிறார். மற்றவரை மன்னிக்க மனமில்லாமல் கோபத்தை வைத்திருந்து வளர்த்தால் பிசாசுக்கு இடங்கொடுக்கிறவர்களாவோம். பிசாசனாவன் பிரிவினை-களையும் குழப்பங்களையும் ஏற்படுத்துவான். கசப்புணர்வினால் பிரிந்த குடும்பங்கள் எத்தனை? உடைந்த சபைகள் எத்தனை? பாதிக்கப்பட்ட ஊழியங்கள் எத்தனை? தேவ இராஜ்ஜிய வளர்ச்சியைத் தடுப்பதற்காக சாத்தான் இந்தவித கசப்புணர்வை முட்டுக்கட்டையாய்ப் பயன்படுத்தி, மக்களை ஒருவர் மேல் ஒருவர் கோபமும் கசப்பும் கொள்ளவும் சண்டை பிடித்துக்கொண்டு அதிலேயே அவர்கள் காலம், நேரம், சக்தியை வீணடித்து, அவர்கள் தேவ கரியங்களை முன்னெடுத்துச் செல்ல முடியாதபடியும் தடுக்கிறான். அப்படி அவர்கள் தேவ ஊழியத்தில் ஈடுபட்டாலும் மற்றவரை மன்னிக்காது கசப்போடு ஈடுபடுவதால் தேவ ஆசீர்வாதமும் தடைபட்டு, தேவ நாமமும் அபகீர்த்திக்கு உள்ளாகிறது. கசப்பின் விளைவுகள் பல உறவுகளை, குடும்பங்களை, நண்பர்களை நாசப்படுத்தியுள்ளது. சபைகள் அழிந்துமுள்ளன.[11]

இதனை வாசிக்கும் அருமையான சகோதரனே, சகோதரியே, கசப்பு எவ்வளவு பாரதூரமானது. அது எத்தகைய பாதிப்பை, அழிவை எம்மில் ஏற்படுத்துகிறதென்று பார்த்தீர்களா? இந்தக் கசப்போடு நீங்கள் தொடர்ந்து வாழப்போகிறீர்களா? அப்படியானால் நஷ்டம் மற்றவருக்கல்ல; உங்களுக்குத் தான். இந்த கசப்பை உங்கள் வாழ்வைவிட்டு அகற்ற ஒரு தீர்மானமெடுப்பீர்களா?

[1] http://www.realtime.net/~wdoud/topics/bitterness.html

[2] Dr. Loretta Lanphier, Negative Emotions and your health, http://www.oasisadvancedwellness.com/health-articles/2009/04

[3] Tom Drout, http://dailychristianquote.com/dcqforgive.html

[4] Donald, Guthrie. The Letter to the Hebrews, Tyndale New Testament Commentaries 15, Grand Rapids: Eerdmans,1999 (first print 1983), p 257

[5] Wiersbe W.Warran, Be confident, Hebrews Wheat on Illinois Victor books, 1986, p 141.

[6] http://www.realtime.net/~wdoud/topics/bitterness.html

[7] Lehman Strauss, http://dailychristianquote.com/dcqforgive.html

[8] The root of bitterness, htpp://mountainmanna.com, Calvary Baptist church, posted on 29th Jan 2009

[9] Stedman C.Ray, What More can God say, A Bible Commentary for layman Hebrews, California Regal Books, 19

[10] Albert Haase, http://dailychristianquote.com/dcqforgive.html

[11] www.cceportland.com/Body-Life-Series/bitterness.html

4. கசப்புணர்விலிருந்து விடுதலை

பலவருடங்களுக்கு முன்பாக என்னைப்பற்றி அவதூறாக பேசிய ஒருவர் மேல் நான் மிகவும் கசப்பு கொண்டு, அதிலிருந்து விடுபட முடியாமல் போராடினேன். கசப்பு கொள்வது பாவம் என்று அறிந்திருந்ததினால் அவரை மன்னிக்க வேண்டும் என்று வேதாகம ரீதியாக அறிந்திருந்தாலும் நடைமுறையில் அதனைச் செய்ய என்னால் முடியவில்லை. அந்த நபரோடு ஒப்புரவாகாமல் திரு-விருந்தில் பங்குகொள்ளவும் சங்கடப்பட்டேன். அந்நபரை அடுத்தமுறை காணும்போது ஒரு புன்முறுவலாவது பூக்க வேண்டும் என்று எண்ணினேன். ஆனால் அவரை நேரில் பார்த்தபோது, அவர் எனக்கு எதிராகக் கூறிய காரியங்கள் என் மனக்கண்முன் வந்தன. அவரைப் பார்த்துச் சிரிக்கக்கக்கூட என்னால் முடியவில்லை. அவரை மன்னிக்கவும் முடியவில்லை. மன்னிக்காமல் கிறிஸ்தவனாக வாழவும் முடியவில்லை. “ஆண்டவரே அவரை என்னால் மன்னிக்க முடியவில்லை. அவரை மன்னிக்க எனக்குப் பெலன் தாரும்” என்று ஜெபித்தேன். நத்தார் நெருங்கிக்கொண்டிருந்ததால் நத்தார் வாழ்த்துமடலொன்றை அவருக்கு அனுப்பினேன். என்னிடமிருந்து நத்தார் வாழ்த்துமடல் வருமென்று அவர் கனவில் கூட நினைத்திருக்கமாட்டார். ஆண்டவர் அந்த சிறிய காரியத்தைப் பயன்படுத்தி எமது உறவில் பெரிய மாற்றத்தை ஏற்படுத்தினார். இன்று நான் அவரோடு நட்புறவில் இருக்கிறேன். இந்த இறுதி அதிகாரத்தில் நாம் கசப்புணர்விலிருந்து எப்படி விடுபடலாம் என அவதானிப்போம்.

1. எனக்குள் கசப்பு இருக்கிறது என்று அறிந்துகொண்டு அதனை ஏற்றுக்கொள்வது அதிலிருந்து விடுபவதற்கு முதல்படியாகும்.

நோயொன்று குணமாக வேண்டுமானால் அந்த நோயை இனங்கண்டு கொள்வது அவசியம். “ஒரு மனிதன் கொண்டிருக்கக்கூடிய மிகவும் அழிவுக்குரியதொரு மனப்பான்மை கசப்பாகும். அது தொடர்ந்தும் தரித்திருக்க இடங்கொடுக்கையில் புற்றுநோய் வளர்ச்சிபோல ஒரு மனிதனுடைய வாழ்க்கையில் காணப்படக்கூடிய எல்லா சந்தோஷங்களையும் இன்பங்களையும் அது முழுமையாக அழித்துவிடுகிறது.”[1] ஆனால் கவலைக்குரிய விடயமென்னவென்றால், தமக்கு கசப்புண்டென்பதை பலர் அறிந்து கொள்வதில்லை. அப்படியே அறிந்தாலும் ஒப்புக்கொள்வதில்லை. ஓசியா 7:9இல் எப்பிராயீமைக் குறித்து: “அந்நியர் அவனுடைய பலத்தைத் தின்கிறார்கள்; அவனோ அதை அறியான்; நரை மயிரும் அவனில் தெளித்திருக்கிறது, அவனோ அதை அறியாதிருக்கிறான்” என்று கூறப்படுகிறது. அவன் அழிவதை, அழுகுவதை அறியாமல் இருந்தான். சிம்சோனும் தன் பெலன் தன்னை விட்டுப்போனதை அறியவில்லை. இவ்வண்ணமாகவே கசப்பானது எம்மை

அழித்துக்கொண்டு போகிறது. நாமோ அதை அறியாமல் இருக்கிறோம். புற்றுநோய் இருப்பதை அறியாமல் இருப்பது எப்படி ஆபத்தோ, அப்படியே கசப்பும் நமக்குள் இருப்பதை அறியாமல் இருப்பதும் ஆபத்தே. கசப்பைக் காண்பது அரிது. ஏனெனில் பெருமை கசப்பின் வேராயிருக்கிறது. கசப்புள்ளவர்கள் பொதுவாக தம்மில் தவறு இருப்பதை உணர்ந்துகொள்வதில்லை. அவர்களது அவதானம் தங்களைச் சூழவுள்ள மற்றவர்களது தவறுகள், அநீதி-களை நோக்கியிருப்பதால் கசப்பு என்னும் மரணப்பிடியானது அவர்களது வாழ்வைக் குருடராக்கிவிடுகிறது.

இது கசப்பல்ல; நியாயமான கோபம், இது நீதியான காரியம், அவர்கள் தவறுசெய்தவர்கள், அநீதியிழைத்தவர்கள், எனவே தண்டிக்கப்படவேண்டியவர்கள், எனது இந்த கோபம் நியாயமானது என்று கசப்புக்கு வேறு பெயர்கொடுத்து அதனை மறுதலிக்கின்றனர். எனக்குக் கசப்பு உண்டு என்று உணர்ந்து ஒப்புக்கொள்வது அதில் இருந்து விடுபடுவதற்கான முதல்படியாகும். எனக்கு நோய் உண்டென்று அறியாவிட்டால் மருத்துவரை நான் நாட மாட்டேன்.

2. கசப்பானது அகற்றப்பட வேண்டிய பாவம், அது என்னுடைய பாவம்; மற்றவர்களுடைய பாவமல்ல என்று ஒப்புக்கொள்ளுதல்

கசப்புக்கு மற்றவர்களே காரணம். இவர்/இவள்/இன்னார் இந்த அநி-யாயத்தை எனக்கு/என் குடும்பத்திற்குச் செய்தார். எனவே அது அவருடைய/இன்னாருடைய தவறு என்று நாம் கசப்புணர்வுக்கு மற்றவர்களுடைய பாவமே காரணம் என்று கருதுகிறோம். "கசப்பான மனிதன் இடறலுண்டாக்கியவனைச் சாராமலே தனியாகவே கசப்பா-யிருக்க தீர்மானிக்கிறான்" என்கிறார் ஜிம் வில்சன்.[2] அவனால்தான் நான் கசப்புக்கொண்டிருக்கிறேன் என்று மற்றவரில் பழியை போடக்-கூடாது. இது எனது பாவம் இதற்கு மற்றவரல்ல, நானே காரணம் என்று ஒப்புக்கொள்ள வேண்டும்.

கசப்பு பாவம், என்னுடைய பாவம் என்றும் அது அகற்றப்படவேண்டிய பாவம் என்றும் ஒப்புக்கொள்ள வேண்டும் எபே 4:31 இல் பவுல் "சகலவிதமான கசப்பும், கோபமும், மூர்க்கமும், கூக்குரலும், தூஷணமும், மற்ற எந்தத் துர்க்குணமும் உங்களை விட்டு நீங்கக்கடவது" என்று எழுதுகிறார். ஜோன் ஸ்டொட் என்ற வேத வியாக்கியானி இப்பகுதிக்கு விளக்கமளிக்கையில், "நாம் முழுமையாக எம்மைவிட்டு அகற்ற வேண்டிய ஆறு இனிமையற்ற மனப்பான்மைகளும் கிரியைகளும் முழுத்தொடராக கொடுக்கப்பட்டிருக்கிறது" என்கிறார்.[3] ஆம், கசப்பு முற்றிலும் எம்மை விட்டு அகற்றப்பட வேண்டியது. அதை வைத்திருக்க வைத்திருக்க எமக்குத்தான் அழிவு. அது பகுதி பகுதியாகவல்ல முழுமையாக உடனேயே அகற்றப்படவேண்டிய

பாவம். வேரோடு பிடுங்கியெறியப்படவேண்டிய பாவம்.

3. மற்றவர்களை மன்னிக்கவும் விடுதலை செய்யவும் தீர்மானியுங்கள்.

“கசப்பைத் தன்னோடு படுக்கைக்குக் கொண்டு போகிறவன் அவன் படுக்கைவிரிப்புகளுக்கிடையில் பிசாசு ஊர்வதைக் கண்டுபிடிப்பான்.[4]

வேதாகமத்திலே நாம் மாகீர் என்ற ஒரு மனிதனைச் சந்திக்கிறோம். இவர் சவுலுக்கு மிகவும் விசுவாசமாயிருந்து (2சாமு. 9:3,4) பின்பு தாவீதுக்கும் விசுவாசமாயிருந்தவர். இவர் வேறு யாருமல்ல, பத்சேபாளின் சகோதரனும் அகித்தோப்பேலின் பேரனுமே. அகித்தோப்பேல் தன் பேத்திக்கும் அவள் குடும்பத்திற்கும் தாவீது செய்த கொடுமையினால், தாவீன்மேல் கசப்பு கொண்டு அவரை விட்டு அப்சலோமோடு சேர்ந்து, அவரை அழிக்க முற்பட்டார். அவரது பேரனாகிய மாகீரோ தன் சகோதரி குடும்பத்திற்கு எதிராக தீங்கிழைத்த தாவீதை மன்னித்து, தொடர்ந்தும் தாவீதுக்கு விசுவாசமாயிருந்தார். அப்சலோம் தாவீதின் ஆட்சியை பிடித்தபோது, தாவீதும் அவன் ஆட்களும் வனாந்தரத்திற்கு ஓடி பசியும் தாகமும் களைப்புமாயிருந்தபோது, இந்த மாகீர் தாவீதுக்கும் அவனோடு இருந்தவர்களுக்கும் உணவு கொண்டு வந்தார். பழைய பகையை மனதில் வைத்துப் பழிவாங்கவில்லை. மாறாக அவனை மன்னித்து, அவர்கள் கஷ்டத்திலும் உதவினார் (2சாமு. 17:27-29).

வேதாகமத்தில் யோசேப்பு தன் தகப்பனால் அதிகமாக நேசிக்கப்பட்டாலும் தன் சகோதரரால் பகைக்கப்பட்டு, குழியொன்றில் போடப்பட்டு, பின்பு அடிமையாக விற்கப்பட்டார். அந்தக் குழியில் இருக்கும் போதும் அடிமையாக விற்கப்பட்டு, தன் தாய், தகப்பன், குடும்பம், அன்பு, பாசம் அனைத்தையும் இழந்து அடிமையான போதும், இதற்கெல்லாம் என் சகோதரரே காரணம் என்று அவர்கள் மேல் கசப்போடு இருந்திருக்கலாம். ஆனால் யோசேப்போ அப்படி செய்யவில்லை. தன் சகோதரரை தண்டிக்கும் அதிகாரமுடையவனாய் எகிப்தில் இருந்தபோதும் தன் சகோதரரை பழிவாங்கவில்லை. யோசேப்பு நினைத்திருந்தால் தான்பட்ட அனைத்து கஷ்டங்களுக்கும் இவர்களே காரணமென்று இவர்களை கொலை செய்திருக்கலாம். ஆனால் அவர் அப்படி செய்யவில்லை. தங்களை யோசேப்பு கொலை செய்துவிடுவாரோ என்று பயந்த சகோதரர்களிடம் யோசேப்பு கூறுவது என்ன?

> “என்னை இவ்விடத்தில் வரும்படி விற்றுப்போட்டதினால், நீங்கள் சஞ்சலப்பட வேண்டாம்; அது உங்களுக்கு விசனமாயிருக்கவும் வேண்டாம், ஜீவரட்சணை செய்யும்படிக்கு தேவன் என்னை உங்களுக்கு முன்னே அனுப்பினார். தேசத்தில் இப்பொழுது இரண்டு

வருஷமாகப் பஞ்சம் உண்டாயிருக்கிறது; இன்னும் ஐந்து வருஷம் உழவும் அறுப்பும் இல்லாமல் பஞ்சம் இருக்கும். பூமியிலே உங்கள் வம்சம் ஒழியாமலிருக்க உங்களை ஆதரிக்கிறதற்காகவும், பெரிய இரட்சிப்பினால் உங்களை உயிரோடே காப்பதற்காகவும் தேவன் என்னை உங்களுக்கு முன்னமே அனுப்பினார். ஆதலால் நீங்கள் அல்ல, தேவனே என்னை இவ்விடத்திற்கு அனுப்பி, என்னை பார்வோனுக்குத் தகப்பனாகவும் அவன் குடும்பம் அனைத்திற்கும் கர்த்தனாகவும் எகிப்து தேசம் முழுதுக்கும் அதிபதியாகவும் வைத்தார்." (ஆதி. 45:5-8).

யோசேப்பின் சகோதரர்கள் தங்கள் தகப்பன் மரணமடைந்தபோது யோசேப்பு தங்களை கொன்று போடுவாரென பயந்தபோது நடந்ததென்ன? வாசிப்போம்.

"தங்கள் தகப்பன் மரணமடைந்ததை யோசேப்பின் சகோதரர் கண்டு: ஒருவேளை யோசேப்பு நம்மைப் பகைத்து, நாம் அவனுக்குச் செய்த எல்லாப் பொல்லாங்குக்காகவும் நமக்குச் சரிக்குச் சரிகட்டுவான் என்று சொல்லி, யோசேப்பினிடத்தில் ஆள் அனுப்பி உம்முடைய சகோதரர் உமக்குப் பொல்லாங்கு செய்திருந்தாலும், அவர்கள் செய்த துரோகத்தையும் பாதகத்தையும் நீர் தயவுசெய்து மன்னிக்கவேண்டும் என்று உம்முடைய தகப்பனார் மரணமடையுமுன்னே, உமக்குச் சொல்லும்படி கட்டளையிட்டார். ஆகையால், உம்முடைய தகப்பனாருடைய தேவனுக்கு ஊழியக்காரராகிய நாங்கள் செய்த துரோகத்தை மன்னிக்க வேண்டும் என்று அவனுக்குச் சொல்லச் சொன்னார்கள். அவர்கள் அதை யோசேப்புக்குச் சொன்னபோது, அவன் அழுதான். பின்பு அவனுடைய சகோதரரும் போய், அவனுக்கு முன்பாகத் தாழ விழுந்து: இதோ, நாங்கள் உமக்கு அடிமைகள் என்றார்கள். யோசேப்பு அவர்களை நோக்கி: பயப்படாதிருங்கள்; நான் தேவனா; நீங்கள் எனக்குத் தீமைசெய்ய நினைத்தீர்கள்; தேவனோ, இப்பொழுது நடந்து வருகிறபடியே, வெகு ஜனங்களை உயிரோடே காக்கும்படிக்கு அதை நன்மையாக முடியப்பண்ணினார். ஆதலால் பயப்படாதிருங்கள்; நான் உங்களையும் உங்கள் குழந்தைகளையும் பராமரிப்பேன் என்று அவர்களுக்கு ஆறுதல் சொல்லி, அவர்களோடே பட்சமாய்ப் பேசினான்." (ஆதி. 50:15-21)

யோசேப்பு தான் கடந்து வந்த கசப்பான அனுபவங்களுக்காக தன் சகோதரர்மேல் கசப்புணர்வு கொள்ளவில்லை. அவர்களைப் பழிவாங்க எண்ணவுமில்லை. சர்வவல்ல தேவன் ஒரு நோக்கத்தோடு

அதனை அனுமதித்தார் என்று அறிந்திருந்தபடியால், தான் கடந்து வந்த கசப்பான அனுபவங்களையும் தன்னை தயார்படுத்த ஆண்டவர் வழங்கிய வாய்ப்பாகவே கருதினார். தனக்குத் தீங்கிழைத்து தன்னை அநியாயமாக நடத்திய தன் சகோதரர்களையும் மன்னித்தார். இந்த வேதனைக்கூடாகவே அவர் சாதனையாளராக மாறினார். மற்றவர்கள் எமக்கு செய்த தீங்கைக்கூட ஆண்டவர் தம் திட்டப்படி நன்மையாக மாற்றக்கூடியவர். இந்த வேதனைகளைப் பயன்படுத்தி எம்மை உடைத்து தமக்கேற்றவிதமாக வனையக்கூடியவர். ஆனால் கசப்புணர்வுக்கு இடங்கொடுத்து கச்ப்புணர்வோடும், கோபத்தோடும், பழிவாங்கும் உணர்வோடும் இருப்போமானால் அவர் எம் வாழ்வில் இந்த வேதனையான அனுபவங்களைக் கொண்டு எம்மை வனைய, பயன்படுத்த இடங்கொடாதவர்களாகி விடுவோம்.

கசப்புணர்வின் ஒரு அறிகுறி மற்றவரை மன்னிக்க மனமற்றிருப்பதாகும் என்று ஏற்கனவே அவதானித்தோம். கசப்புணர்வு மற்றவரை மன்னிக்கவோ, மற்றவரோடு ஒப்புரவாகவோ விரும்பாதிருக்கும்; ஒப்புரவாக மறுக்கும். எமக்குத் தீங்கிழைத்த-வர்களை நாம் மன்னிக்காவிட்டால் ஆண்டவரும் எம்மை மன்னிக்க மாட்டார்.

> “அப்பொழுது பேதுரு அவரிடத்தில் வந்து, ஆண்டவரே, என் சகோதரன் எனக்கு விரோதமாய்க் குற்றஞ்செய்து வந்தால், நான் எத்தனைதரம் மன்னிக்க வேண்டும்? ஏழுதரமட்டுமோ என்று கேட்டான். அதற்கு இயேசு: ஏழுதரமாத்திரம் அல்ல, ஏழெழுபதுதரமட்டும் என்று உனக்குச் சொல்லுகிறேன். எப்படியெனில், பரலோகராஜ்ஜியம் தன் ஊழியக்காரரிடத்தில் கணக்குப்பார்க்க வேண்டுமென்றிருந்த ஒரு ராஜாவுக்கு ஒப்பாயிருக்கிறது. அவன் கணக்குப்பார்க்கத் தொடங்கினபோது, பதினாயிரம் தாலந்து கடன் பட்டவன் ஒருவனை அவனுக்கு முன்பாக கொண்டுவந்தார்கள். கடனைத்தீர்க்க அவனுக்கு நிர்வாகம் இல்லாதபடியால், அவனுடைய ஆண்டவன் அவனையும் அவன் பெண்ஜாதி பிள்ளைகளையும், அவனுக்கு உண்டான எல்லாவற்றையும் விற்று, கடனைத் தீர்க்கும்படிக் கட்டளையிட்டான். அப்பொழுது அந்த ஊழியக்காரன் தாழ விழுந்து, வணங்கி: ஆண்டவனே! என்னிடத்தில் பொறுமையாயிரும், எல்லாவற்றையும் உமக்குக் கொடுத்துத் தீர்க்கிறேன் என்றான். அந்த ஊழியக்காரனுடைய ஆண்டவன் மனதிரங்கி, அவனை விடுதலைப்பண்ணி, கடனையும் அவனுக்கு மன்னித்துவிட்டான். அப்படியிருக்க, அந்த ஊழியக்காரன் புறப்பட்டுப்போகையில், தன்னிடத்தில் நூறு வெள்ளிப்பணம் கடன்பட்டிருந்தவனாகிய தன் உடன் வேலைக்காரரில் ஒருவனைக் கண்டு, அவனைப் பிடித்து, தொண்டையை நெரித்து: நீ பட்ட கடனை

எனக்கு கொடுத்துத் தீர்க்கவேண்டும் என்றான். அப்பொழுது அவனுடைய உடன் வேலைக்காரன் அவன் காலிலே விழுந்து: என்னிடத்தில் பொறுமையாயிரும், எல்லாவற்றையும் உமக்குக் கொடுத்துத் தீர்க்கிறேன் என்று, அவனை வேண்டிக்கொண்டான். அவனோ சம்மதியாமல், போய், அவன் பட்ட கடனைக் கொடுத்துத் தீர்க்குமளவும் அவனைக் காவலில் போடுவித்தான். நடந்ததை அவன் உடன்வேலைக்காரர் கண்டு, மிகவும் துக்கப்பட்டு, ஆண்டவனிடத்தில் வந்து, நடந்ததையெல்லாம் அறிவித்தார்கள். அப்பொழுது, அவனுடைய ஆண்டவன் அவனை அழைப்பித்து: பொல்லாத ஊழியக்காரனே, நீ என்னை வேண்டிக்கொண்டபடியினால், அந்தக் கடன் முழுவதையும் உனக்கு மன்னித்துவிட்டேன். நான் உனக்கு இரங்கினதுபோல, நீயும் உன் உடன் வேலைக்காரனுக்கு இரங்கவேண்டாமோ என்று சொல்லி, அவனுடைய ஆண்டவன் கோபமடைந்து, அவன் பட்ட கடனை~யெல்லாம் தனக்குக் கொடுத்துத் தீர்க்குமளவும் உபாதிக்கிறவர்களிடத்தில் அவனை ஒப்புக்கொடுத்தான். நீங்களும் அவனவன் தன் சகோதரன் செய்த தப்பிதங்களை மனப்பூர்வமாய் மன்னியாமற்போனால், என் பரமபிதாவும் உங்களுக்கு இப்படியே செய்வார் என்றார்." (மத். 18:21-35)

பேதுரு ஏழுமுறை மன்னித்தால் போதுமா? எனக் கேட்டார். பேதுரு ஒருவேளை ஏழுதடவை மன்னித்துவிட்டேன்; அதற்கு மேல் போனால் மன்னிக்காமல் இருக்கலாம் என நினைத்திருக்கலாம். இயேசு கிறிஸ்துவோ, ஏழெழுபது தடவை மன்னிக்குமாறு கூறினார். மற்றவர்கள் எமக்கெதிராக செய்தவற்றை முதலாவது தடவை, இரண்டாவது தடவையென்று கணக்கு வைத்துக்கொண்டிருக்கக்கூடாது; தொடர்ந்து மன்னிக்க வேண்டும். அவர் என்னிடம் வந்து மன்னிப்பு கேட்டால் மட்டுமே, மன்னிப்பேன் என்று கூறக்கூடாது. அவர் எம்மிடம் மன்னிப்பு கேட்டாலும் கேட்காவிட்டாலும் மன்னிக்க வேண்டும். அப்படி நாம் மன்னிக்காவிட்டால் எமக்கும் மன்னிப்பில்லை. கர்த்தருடைய ஜெபத்தில் கூட, நாம் எம் கடனாளிகளுக்கு மன்னிக்கிறது போல எங்கள் பாவங்களை மன்னியும் என்று இயேசு கிறிஸ்து கற்றுக்கொடுத்தார். "மன்னிப்பானது மற்றவரை நியாயமானவராக்காது, அது உங்களை விடுதலை செய்கிறது".[5]

"தணியாத கோபத்தின் கதவையும் வெறுப்பின் கைவிலங்குகளையும் கட்டவிழ்க்கும் திறப்பே, மன்னிப்பாகும். அது கசப்பின் சங்கிலியையும் சுயநலத்தின் கட்டுகளையும் உடைக்கும்" என்கிறார் கொரி டென்-பூம் என்ற பெண்மணி.[6] "அவருக்கு அப்படி சொல்வது இலகு;

நான் கடந்துவந்த வேதனைபற்றி அவருக்கென்ன தெரியும்?” என்று நீங்கள் ஒருவேளை கேட்கலாம். இந்தப் பெண்மணியும் கசப்பான அனுபவங்களுக்கூடாகப் போய், கசப்போடு போராடியவர்தான். அவர் கடந்து சென்ற அனுபவத்தைப் பார்ப்போம்.

கொரி டென்பூம் தனது வயது முதிர்ந்த தந்தையுடனும் தனக்கு மூத்த சகோதரியுடனும் ஒல்லாந்தில் வாழ்ந்து வந்தார். அவருக்கு 52 வயதாயிருக்கும்போது யூதர்களை ஹிட்டலரின் ஆட்களிடமிருந்து காப்பாற்றும்படி ஒளித்து வைத்த குற்றத்திற்காக இவர்கள் மூவரும் கைது செய்யப்பட்டு, பெண்கள் சிறைவைக்கப்பட்ட ஜேர்மனி முகாமுக்குக் கொண்டு போகப்பட்டார்கள். ஆண் காவலர்கள் முன்னிலையில் நிர்வாணமாக குளிப்பதற்காக செல்லவேண்டியிருந்தது. இந்நிலையில் தகப்பனும் சகோதரியும் அந்த முகாமுக்குள்ளேயே மரித்தனர். இவர் தெய்வாதீனமாக விடுவிக்கப்பட்டு, பல இடங்களுக்குச் சென்று தன் அனுபவத்தைப் பகிர்ந்து கொண்டார். இப்படி ஒருநாள் அவர் ஒரு சபையில் தம் சிறை அனுபவத்தைப் பற்றி பகிர்ந்து கொண்டபின், ஒரு மனிதன் இவரை நோக்கி வந்து இவருடன் கைகுலுக்கும்படி கையை நீட்டினான். அந்த அனுபவத்தை கொரி டென்பூம் பின்வருமாறு பகிர்ந்து கொள்கிறார்.

“முனிச் எனும் இடத்தில் நடைபெற்ற ஆராதனையில் அவரைக் கண்டேன். அவர் ரேவன்ஸ்புருக்கில் (இரண்டாம் உலக யுத்த காலத்தில் பெண்கள் சிறைவைக்கப்பட்ட முகாம், இது வட ஜேர்மனியில் இருந்தது) குளியலறையின் முன்னால் காவலாளியாக நின்ற முன்னைய S.S மனிதன் (S.S மனிதர்கள் ஹிட்லரின் ஈவு இரக்கமற்ற நாசிக்கள்). அவரே அந்நாட்களில் நான் நேரிடையாகக் கண்ட முதல் சிறைக்காவலாளி. திடீரென, கேலி செய்து சித்திரவதை செய்யும் ஆண்கள் நிறைந்த அறை, ஆடைகளின் குவியல், வலி மிகுதியால் வெளிறிப்போன (கொரி டென்பூமின் சகோதரி) பெட்ஸியின் முகம் போன்றவை எனது கண்முன் காட்சிகளாக தோன்றி அந்நாட்களை நினைவுபடுத்தின.

அவர் ஆலயம் வெறுமையாகும் தருவாயில் பணிவோடு மரியாதை செலுத்திய வண்ணமாக என்னை நோக்கி வந்தார். என்னிடம் வந்த அவர், ‘கிறிஸ்து என் பாவங்களை கழுவினார் என நீங்கள் கூறிய இவ் அருமையான செய்திக்கு நான் மிகவும் நன்றியுள்ளவன்’ எனக் கூறினார்.

என்னுடன் கை குலுக்க அவரது கை நீட்டப்பட்டது. ஆனால் அங்குள்ள மக்களுக்கு மன்னிப்பின் அவசியத்தைக்குறித்து அடிக்கடி

பிரசங்கித்த நான் எனது கைகளை பதிலுக்கு நீட்டாமல் என் பக்கமாக வைத்துக்கொண்டேன். அதுமட்டுமல்லாது அவர்களது பாவத்தைக் கண்ட எனக்குள் கோபமும், பழிவாங்கும் உணர்வும் கொழுந்துவிட்டு எரிய ஆரம்பித்தது.

கிறிஸ்து இம் மனிதனுக்காகவும் மரித்தாரே, இதற்கு மேல் நான் எதனை நினைக்கக்கூடும்? உடனே, 'கர்த்தராகிய இயேசுவே என்னை மன்னியும், இம் மனிதனை மன்னிக்க உதவி செய்யும்!' என ஜெபித்தேன். புன்னகைக்க முயற்சி செய்தேன்; கரங்களை நீட்டப் போராடினேன்; ஆனால் தோற்றுப்போனேன். என் இருதயத்தில் எவ்வித உணர்வும் காணப்படவில்லை. எனவே மீண்டும் 'கிறிஸ்துவே என்னால் இம் மனிதனை மன்னிக்க முடியவில்லை, உம்முடைய மன்னிக்கும் இருதயத்தை எனக்குத் தாரும்' என சிறு ஜெபத்தை முணுமுணுத்தேன்.

இதன் பின் நான் அம்மனிதனுடன் கைகுலுக்கியபோது, அதிசயிக்கத்தக்க விடயமொன்று நிகழ்ந்தது. மின்னோட்டம் போன்ற ஒன்று எனது தோள்பட்டையிலிருந்து கரத்திற்குப் பாய்ந்தது. என் இதயத்தில் அன்பின் உணர்வு ஊற்றெடுத்து என்னை பூரிப்படையச் செய்தது. அவருடைய அன்பு ஊற்றப்படாமல், எமது மன்னிக்கும் உணர்வோ, நற்குணமோ இவ்வுலகினை குணமாக்காதென்று கண்டறிந்தேன். சத்துருக்களை சிநேகியுங்கள் எனக் கூறும்போது அதனோடு அவரது அன்பையும் எமது இருதயங்களில் ஊற்றுகின்றார்" என்கிறார் கொரி டென்பூம்.[7]

தன் சகோதரியை கொடுமையாக நடத்திய அந்த சிறை அதிகாரியை மன்னிக்க ஆண்டவர் கொரி டென்பூமுக்கு பெலன் கொடுத்தார். அவரது சகோதரியும் தகப்பனும் சிறையிலேயே மரித்தனர். ஆனாலும் கொரி இச்சிறை அதிகாரியை மன்னிக்க ஆண்டவர் பெலன் கொடுத்தார். சத்துருக்களை சிநேகிப்பதும் மன்னிப்பதும் எமது மாம்ச பெலத்தில் செய்யக்கூடிய காரியமல்ல, ஆண்டவர் பெலத்தில் அது கூடாத காரியமுமல்ல. கொரி டென்பூம் "மன்னிப்பு சிறைக்கைதியை விடுதலையாக்குவதுடன், அந்த கைதி நீங்கள் தான் என்பதை உணரவைக்கிறது" என்கிறார்.[8]

கசப்புணர்வோடு போராடுகிற பலர் மற்றவர்கள் மேல் மட்டுமல்ல தம்மேலும் கோபம் கொள்வதுண்டு. அவர்கள் தம்மைத்தாமே மன்னிப்பதும் அவசியம். அது மட்டுமல்ல. தம்மை மன்னிக்க முடியாதவர்களால் மற்றவர்களையும் மன்னிக்கமுடிவதில்லை. ஆண்டவருடைய மன்னிப்பை ஏற்கவும் கஷ்டப்படுபவர். ஆண்டவர் தம்மை மன்னித்த பின்பும் அவர் தம்மை மன்னிக்காதது போல நடந்துகொள்வர். அத்தோடு தம்மைத் தாமே மன்னிக்காததால்

மற்றவரையும் மன்னிக்க மறுப்பர். எனவே நாம் எம்மை மன்னிப்பதும் மற்றவரை மன்னிப்பதும் அவசியம். இதற்கு நாம் செய்யக்கூடிய சில விடயங்கள் இதோ.

1. உங்கள் சிந்தையையும் நாவையும் காத்துக்கொள்ளுங்கள்

உங்களுக்கு வேதனையை ஏற்படுத்திய அந்த நபரை/சம்பவத்தைத் திரும்பத்திரும்ப நினைத்துக் கொண்டிருக்க வேண்டாம். ஐயோ எனக்கு இப்படி நேரிட்டுவிட்டதே! என்று சுயபரிதாபம் கொள்ளவும் வேண்டாம். சுயபரிதாபம் சுயத்தை நடுமையத்தில் கொண்டது. எனவே அது பாவம். ஆண்டவர் எம்மைப் பண்படுத்தவும், பயன்படுத்தவும் அது பெருந்தடையாகவும் உள்ளது. அது சாத்தானுக்கு கதவைத் திறந்து விடும். அத்தோடு அந்த நபரைப்பற்றி மற்றவரிடம் பாதகமாகக் கதைக்க கதைக்க கசப்பு கூடுகிறது. எனவே எமக்கு யார்மீது கசப்பு இருக்கிறதோ, அவரைப்பற்றி இனி எந்தக் குறையையும் மற்றவரிடம் சொல்வதில்லை என்ற ஒரு தீர்மானமெடுத்து நடைமுறைப்படுத்துவது அவசியம்.

கசப்பிற்கு உலகத்திடம் இரண்டுவிதமான தீர்வுகள் உண்டென்று கூறும் ஜிம் வில்சன் அதிலொன்று கசப்பை உள்ளே வைத்திருந்து உங்களை நோயாளியாக்குவது, மற்றது அதனை வெளியே விட்டு அந்த நோயை சுற்றிலும் பரப்புவது. ஆனால் வேதாகமத் தீர்வு அதனை வேரோாடு பிடுங்கி எறிவதாகும். அதற்கு தேவகிருபை அவசியம். வேதம் எவ்வித கசப்பையும் அகற்ற வேண்டும் என கூறுகிறது. எனவே நீங்கள் அதனை உங்களுக்குள் வைத்திருக்கவும் கூடாது; மற்றவரோடு பகிர்ந்துகொள்ளவும் கூடாது. குமாரனுக்கூடாக பிதாவிடம் அதனை ஒப்புவித்துவிடுங்கள் என்கிறார்.[9]

2. சிறப்பு தேவை இருக்குமானால், சிறப்பான நிபுணர்களை நாடுங்கள்

கசப்புணர்வோடு வாழ்பவன் மனநலத்தை இழக்கிறான் என ஏற்கனவே அவதானித்தோம். அது பாரதூரமானதாயிருந்தால் மனநல ஆலோசகர் ஒருவரை நாடுவது நல்லது. அது மிகவும் பாரதூரமானதாக இருக்குமானால், மனநல ஆலோசகர் உங்களை ஒரு மனநலமருத்துவரிடம் வழிநடத்தலாம். மருந்துகள் கூட தேவைப்படலாம். எனக்கென்ன பைத்தியமா? நான் ஏன் மனநலமருத்துவரிடம் போகவேண்டும் என்று நீங்கள் கேட்கலாம். மனநல மருத்துவர்களிடம் போகிறவர்களெல்லாம் பைத்தியக்காரர் அல்ல. இலங்கை, இந்தியா போன்ற நாடுகளிலேயே நாம் இவ்வாறு சிந்திக்கிறோம். மேற்கத்தேய நாடுகளில் அழுத்தங்கள் அதிகரிக்கும்போது மனநல மருத்துவரிடம் போவது சரீரநோய்

ஏற்படும்போது வைத்தியரிடம் போவது போலவே கருதப்படுகிறது. அதுவே உண்மையும் கூட. எனவே மனோதத்துவ ஆலோசகரையோ, தேவைப்படும்போது மனநல மருத்துவரையோ நாடுவது கசப்பிலிருந்து வெளிவர உதவலாம்.

இரண்டு பிள்ளைகளின் தந்தையாகிய அமேரிக்க தேசத்தைச் சேர்ந்த ஒரு மனிதன் இராணுவத்தில் இருந்தான். அவன் ஜப்பானில் இருந்து செயல்பட்டான். அமேரிக்காவிலிருந்த தன் குடும்பத்திற்கு தவறாமல் கடிதங்கள் எழுதிவந்தான். குடும்பத்தவர்கள் அக்கடிதங்களை விரும்பி வாசித்தனர். திடீரென கடிதங்கள் வருவது நின்று விட்டது. ஒரு கிழமை, இரண்டு கிழமை, மூன்று கிழமைகளாகிவிட்டன. திடீரென ஒரு கடிதம் வந்தது அதில், “நான் இக்கடிதத்தை எப்படி எழுதினாலும் இக்கடித்தை வாசித்து முடிப்பதற்கு முன்பாகவே உன் உள்ளம் உடைந்துவிடும். நான் இனி வீட்டிற்கு திரும்பி வரமாட்டேன். நான் ஒரு பெண்ணுடன் காதல் வயப்பட்டுள்ளேன்; எம் காதல் உறுதியாக வளருகிறது. நாம் திருமணம் முடிக்கப்போகிறோம். நான் வீட்டிற்குத் திரும்பி வரமாட்டேன் என்று பிள்ளைகளிடம் சொல்லிவிடு” என்றிருந்தது. இது முற்றிலுமாக அவளை நொறுக்கிவிட்டது. சில நாட்களாக பிள்ளைகளிடம் அதுபற்றி ஏதும் கூறவில்லை. ஒருநாள் ஒரு பிள்ளை அவளிடம் வந்து, ‘ஏதாவது பிரச்சனையா? அப்பாவுக்கு ஏதாவது பிரச்சனையா?’ என கேட்டாள். தாயும், ‘ஆம்’ என்று கூற, ‘அப்பா திரும்ப வரமாட்டாரா?’ எனக்கேட்க, ‘ஆம், அவர் திரும்பி வரப்போவதில்லை’ என்று பதிலளித்தாள். ‘அவர் யாரையோ காதலிக்கிறார்’ என்று தாய் கூறினாள். அந்த பிள்ளைகளும் இனி தங்கள் அப்பா வீட்டிற்கு வரவேமாட்டார் என்பதை புரிந்துகொள்ளவில்லை. இறுதியாக ஒரு பிள்ளை தாயிடம், ‘அம்மா நான் ஒரு கேள்வி கேட்கலாமா? அப்பா எங்களை இனிமேல் அன்பு செய்யப் போவதில்லை என்பது, நாமும் அவரை அன்பு செய்ய அனுமதியில்லை என்பதைக் குறிக்கிறதா?’ எனக் கேட்டபோது, இக்கேள்வியோடு போராடிய தாய் ‘இல்லை நாம் அவரை அன்பு செய்ய அனுமதிக்கப்பட்டுள்ளோம்’ என்றாள். ‘தயவுசெய்து அப்பாவிடம் எங்களுக்குத் தொடர்ந்து கடிதமெழுதுமாறு எழுதுங்கள், நாங்கள் அவரை இன்னமும் அன்பு செய்கிறோம்’ என தொடர்ந்து கூறினாள். கடிதங்கள் வரத்தொடங்கின. அத்தாயின் உள்ளத்தை அவை இன்னும் அதிகமாக உடைத்தன. கணவன் 15 வயதான தன் வேலைக்காரியை திருமணம் முடிக்கப்போவதாகவும் அவளுக்கூடாக கணவனுக்குப் பிள்ளைகள் பிறந்த தகவல்களும் கடிதங்களுக்கூடாக வந்தன. வருடங்கள் உருண்டோடின. ஒருநாள் வந்த கடிதத்தில் ‘எனக்கு புற்றுநோய் என்று இப்பொழுது தான் கண்டுபிடித்தார்கள். நான் அதிக காலம் வாழப்போவதில்லை. எனது குடும்பத்துக்கு உதவ என்னிடம் பணமில்லை. எனது ஓய்வூதியமும் எனக்குக் கிடைக்காது. கொஞ்ச பணத்தை சேமித்து நான் மரித்த பின் எனது குடும்பத்திற்கு அனுப்ப முடியுமா?’ என எழுதியிருந்தான்.

இது அத்தாய்க்கு அதிர்ச்சியை ஏற்படுத்தியது. அவர் எம்மை இனியும் அன்பு செய்யப்போதில்லை என்பதற்காக நாமும் அவரை அன்புசெய்யக்கூடாதா? என்ற கேள்வி மீள எழுந்தது. அவள் அவனிடம் 'நாமே வாழ்க்கையை கொண்டு நடத்தக் கஷ்டப்படுகிறோம். அவளுக்கு உதவி செய்ய எம்மிடம் பணமில்லை. ஆனால் நீங்கள் ஏன் அவளை அமேரிக்காவுக்கு அனுப்பக்கூடாது. அவளுக்கு நான் மொழியைக் கற்றுக்கொடுத்து தானாகவே தன் தேவையை சந்தித்துக்கொள்ள உதவலாம். நீங்கள் மரித்தபின் நாம் அவளுக்கு உதவவேண்டுமென நீங்கள் எண்ணினால் அவர்களை எம்மிடம் அனுப்புங்கள். அவர்கள் எம்முடன் வாழலாம்' என்றாள். இதுவே இறுதியில் நடந்தது. அவர் மரித்தபின்பு அவரது இரண்டாம் மனைவியும் பிள்ளைகளும் அமேரிக்கா வந்து, முதல் மனைவி குடும்பத்தோடு வாழ்ந்தனர். முதல் மனைவி கூறுகையில், 'எனக்கு இரண்டு தெரிவுகள் இருந்தன, ஒன்று என் வாழ்வைத் திரும்பிப் பார்த்து, ஒவ்வொரு கணமும் அவன் எனக்குச் செய்த-தற்காக அவனை சபித்துக்கொண்டிருந்திருக்கலாம். அல்லது இருண்ட குகைபோன்ற இந்த உலகில் ஆண்டவரின் வெளிச்சமாகப் பிரகாசிக்க, ஆண்டவர் கொடுத்த சிலாக்கியத்திற்காக ஆண்டவருக்கு நன்றி செலுத்தி வாழலாம்' என்று கூறினாள். இது உண்மையாகவே நடந்த ஒரு சம்பவம்.

இதனை வாசிக்கும் சகோதரனே, சகோதரியே கசப்பு ஒரு பாவம். அதுமட்டுல்ல, அது மற்றவருடைய பாவமல்ல; உங்கள் பாவம். அதனோடு நீங்கள் வாழ்வது, புற்றுநோயோடு வாழ்வது போன்றது. நீங்கள் யாரோடு கசப்பு கொண்டிருக்கிறீர்களோ, அவர்களை மன்னிக்க ஆண்டவரிடம் பெலனும் கிருபையும் கேட்பீர்களா? உங்கள் பெலத்தால் இதனைச் செய்வது முடியாத காரியமாயிருக்கலாம். ஆண்டவர் சத்துருக்களை நேசிக்க பெலனளிப்பவர். அவர் பெலத்தில் மற்றவர்களை மன்னிப்போம்; எம்மையும் மன்னிப்போம். கசப்பு கொண்டிருந்த பாவத்திற்காக ஆண்டவரிடம் மன்னிப்பை நாடுவோமா? கசப்பை முற்றிலுமாக எம்மை விட்டு, வேரோடு பிடுங்கி எறிந்து விடுதலையடைவோமா? மற்றவர்களையும் மன்னித்து விடுதலை செய்வோமா? இனி அவர்கள் பற்றி அவதூறாக நினைக்கவோ, பேசவோ மாட்டேன். ஆண்டவரே, இந்த அனுபவத்தை யோசேப்புக்கு செய்தது போல நன்மைக்கேதுவாக மாற்றும்! என்று ஜெபிப்போமா?

---

1. Chris Simpson, *Freedom from Bitterness: the Cancer of the Soul*, http://www.newwineonline.com
2. Jim Wilson, *How to be free from Bitterness*, (Moscow, Idaho: Cannon press), P 13.

3. John Stott, R.W. *God's New Society: The Message of Ephesians In The Bible Speaks Today*, (Downers Grove: Inter Varsity Press, 1979), p 190.
4. William Secher, http://dailychristianquote.com/dcqforgive.html
5. Stormie Omartian, http://dailychristianquote.com/dcqforgive.html
6. Corrie Ten Boom, http://dailychristianquote.com/dcqforgive.html
7. Ibid
8. Ibid
9. Jim Wilson, *How to be free from Bitterness*, (Moscow, Idaho: Cannon press), p 8.

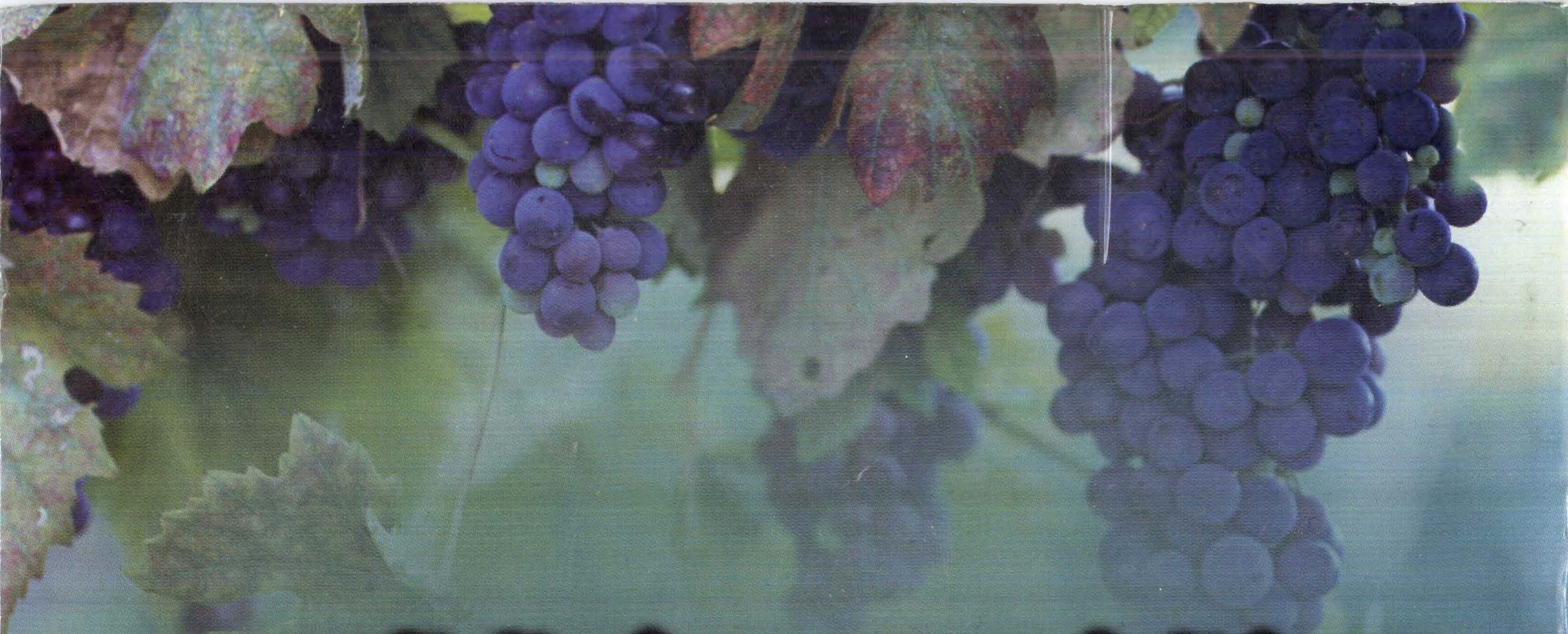
துணை நூல்கள்

1. Chellappa, Lalitha. J. Chellappa, *Pithave Ivargalai Manniyum*, Word of Christ: Chennai, 2010.
2. Guthrie, Donald. *The Letter to the Hebrews.* Tyndale New Testament Commentaries 15, Grand Rapids: Eerdmans,1999. (first print 1983).
3. Richard, O. Lawrence. *Expository dictionary of Bible words*, Hants Marshall Pickering, 1988.
4. Stedman, C. Ray. *What More can God say - A Bible Commentary for layman Hebrews*, California Regal Books, 1980
5. Stott, John R.W. *God's New Society: The Message of Ephesians In The Bible Speaks Today*, Inter Varsity Press, Downers Grove: 1979.
6. Ten Boom, Corrie. *The Hiding Place*, worldwide publications, Minnesota.
7. W.E.Vine, *Vines Expository dictionary of Old & New testament words*, Nash Ville Tennessee, 1997
8. Wiersbe W.Warran. *Be confident - Hebrews Wheat on Illinois*, Victor books, 1986
9. Wilson. Jim , *How to be free from Bitterness*, Cannon press, Moscow, Idaho.

இணையத்தள குறிப்புகள்

1. Bitterness, http://www.realtime.net/~wdoud/topics/bitterness.html
2. Graham, Billy. "The Journey"- Emotions That Destroy: Anger and Bitterness W Publishing Group.
3. Haylee Davis, Symptoms of Bitterness, http://remixthenoise.wordpress.com/2010/05/05
4. http://walkingthoughts.blogspirit.com/archive/2006/06/30/overcoming-bitterness.html
5. http://ws2go.com/sample.php?prodid=3847Chapter 1.
6. http://www.cbn.com/spirituallife/CBNTeachingSheets/Bitterness_And_Resentment.aspx
7. manna Calvary Baptist church, http://mountainmanna.com/2009/01/29/the-root-of-bitterness

8. Omartian. Stormie, http://dailychristianquote.com/dcqforgive.html
9. Secher. William, http://dailychristianquote.com/dcqforgive.html
10. Simpson. Chris, Freedom from Bitterness: the Cancer of the Soul, http://www.newwineonline.com
11. Ten Boom. Corrie, http://dailychristianquote.com/dcqforgive.html
12. The Concept of Bitterness Explained Hebrews 12:14-15



மாராவிலிருந்து மதுரத்திற்கு...

கசப்புணர்விலிருந்து விடுதலை!

கசப்புணர்வானது மனதைப் பெரிதான விதத்தில் பாதிக்கும் பாரதூரமானதொரு காரியமாகும். அது மரத்தின் வேரைப்போன்றது. வெளியில் இலகுவில் தெரியாது. ஆனால் அதனை அடையாளம் காணக்கூடியதாயிருக்கும். கடந்தகால காயங்கள் நிகழ்காலத்தையும் எதிர்காலத்தையும் இருண்டதாக்கி விடுகின்றதுடன் எமது நிகழ்கால உறவுகளையும் பாதித்து எமது வாழ்வை சுவையற்றதாக மாற்றிவிடுகின்றது. கசப்புணர்வை வளரவிட்டால் அது புற்றுநோயைப்போல பரவி எமது வாழ்வை அழித்துப்போடக்கூடியது. இந்நூலானது கசப்புணர்வை அடையாளம் கண்டுகொள்ளவும் அதிலிருந்து விடுபடுவதற்கும் எமக்கு அரிய ஆலோசனைகளை முன்வைக்கிறது.

வெளியீடு :
குளோபல் இம்பெக்ட்
இல 10A, 1/1, 01ஆம் சபல் வீதி,
கொழும்பு 6, இலங்கை.
மின் அஞ்சல் :
info.globalimpact@gmail.com
தொலைபேசி : + 94(0) 772395334